

# 八街市南部老人憩いの家

2024年4月発行 第16号

八街市南部老人憩いの家

八街市沖1124-2 ☎043-445-2976

<https://www.yachimata-yuyu.jp/>

## いこい通信

### 4月



好きなものをおしゃべりしながら作ってます

『ひまわりの会（手作り）』さん



手作りのぬいぐるみ  
かわいいでしょ？



昨年の「アップサイクル講座」では、和服の生地を使って  
世界で一つだけのポシェットを作りました♪

活動日

毎週火曜日  
午後1時～4時

## 今月の予定

みんなで楽しむ

### 将棋の日

6日(土)と21日(日)

午後1時30分～4時

「最近やってないから…」

「弱いから…」

悩む事なんてありません！

「久しぶりにやってみようか」

軽い気持ちで来てくださいね

まずは見るだけでもOK！

お待ちしております



### 青空ラジオ体操

場所：沖運動場

～毎週土曜日～

6日・13日・20日

27日 午前10時より



### いこいの

### すこやか運動教室

14日(日)・28日(日)

午前10時～11時



憩いの家の花壇に

八重の水仙が咲きました！



見に来てね♪

今月の

### チョコレート

上半身の筋トレも

こんなに簡単なものが

ありますよ！

少しずつやってみましょう♪

