

総集い誕生日会・アトラクション

キラキラ☆住吉・健康体操



❀❀ 総集い誕生日会にて・・7月生まれの方のお祝いと写真撮影をして～
キラキラ☆住吉～～住吉町健康づくりの会
の皆様による→健康体操の実技指導をして頂きました。
普段～あまり使わない筋肉及び筋力を～思いっきり伸ばし、胸を広
げ、背筋を伸ばして身体が楽になりましたね (*^*)

住吉町楽寿会 盆踊り会&色カルタクオリアゲーム 令和5年7月13日

❀ 色カルタクオリアゲームとは→色を見ることによって、思い出されて～
『心の琴線に触れる何か』である・生き方を変えていく動機にも～～



❀❀ 1年に1回の盆踊り会～踊りの先生に・炭坑節・金毘羅船々の2曲
を教えてもらい・・少し踊っても汗をかくしまつ～運動不足ですね～
❀ 色カルタクオリアゲーム→初めてやりました!!
【あなたの初恋の色は何色ですか～～?】
若かりし頃を思い出して・・・とても楽しかったよ～～
そんな声が聞けました～～～ 又誘って下さいとも～～