

シニア交流サロン「すこやか」イベント案内 2019年9月号

サロン行事プログラム 2019年9月活動予定表

(下記予定は施設の都合などで途中変更する場合がありますので、随時各自でご確認下さい。)

日	月	火	水	木	金	土
	2 ハーモニカ教室 川柳教室&チョイ呑み会	3 *ハーモニカ公開練習 (市立健康文化センター)	4	5	6 子育てママ「らっこの会」 (10:00-12:00 小)	7
8	9 ハーモニカ教室	10	11 子育てママのお喋りサロン (10:00-12:00 小) ハーモニカ教室 A (10:30-12:00 大)	12	13 ハーモニカ教室 B 小栗先生の童謡唱歌 うたごえサロン (参加者皆さんとの生活健康雑話)	14
15	16 (敬老の日)	17	18 *ハーモニカ出前 (つくイサンシャイン相模原)	19	20	21
22	23 (秋分の日) ハーモニカ教室 川柳教室&チョイ呑み会	24	25	26	27 ハーモニカ教室 B 藤沢先生の歌謡トーク うたごえサロン (健康講座：澤田先生)	28
29 終活セミナー	30 ハーモニカ教室					

【カルチャー教室：開催時間&利用料金】うたごえサロン：13:30-16:00 ¥1,000-、ハーモニカ教室：13:00-15:00 (初心 A/B は 10:30-12:00) ¥400、川柳教室：15:00-16:00 ¥500-
健康マージャン教室 (現在参加者募集中、初心者歓迎します。) 10:00-15:00 ¥800- (午前のみ¥500-)
終活セミナー：(奇数月の月末日曜開催) 13:00-16:00 ¥500-

シニア交流サロン「すこやか」

〒252-0216 相模原市中央区清新 8-2-7 三世代交流センター内

E-mail: sukoyaka.plan@jcom.home.ne.jp ☎080-1051-8375 (阿部携帯)

駄洒落「川柳教室」2019年7月の作品から

負けて泣き 勝っても涙 甲子園	清水呆気樂觀
徘徊と 聞いて羨(うらや)む 老いの足	
この暑さ 惚けてなくても ボケてくる	
どうしてだ 反韓分子が 何故出ない	ラルゴ上山
シブノ来て ナオミ後ろに 押し出され	
台風も 令和らしくて のんびりと	大成功世古
孫来る日 指折り数え 身構える	
看取り本 夫の役目に 目が留まり	
生きる道 探し求めて 今日も過ぎ	斉藤元気翁
輪踊りを ふるさと祭りで また踊り	
悩みなし 日々息災で 手酌酒	宇野四苦八苦
脛かじり 孫は来れど 苦し我	
消費税 財布のヒモを 更に締め	
嘘こくな 年金増やす 増えてない	松井写楽生
燕飛ぶ 若きツバメと フラフラと	
平和だな そんな気分で 良いのかな?	
断捨離を フォトで旅する 想い馳せ	阿部珍竹林
行く夏を 送るか弱き 蝉時雨	
生きている だけでも偉い この酷暑	

終活セミナーのご案内

「終活」から始める “生き支度” とも言われております。心身ともに元気なうちに人生の棚卸をしながら身辺整理をしておくことが、残された時間に安心とセカンドライフをより楽しく充実した日々を過ごせます。一緒に準備に取り掛かりませんか？

日時：2019年9月29日(日) 13:30-16:00 場所：当サロン

内容：フォーマットによる「エンディングプラン」の作成

(遺産相続、遺言書の基礎知識、病気・葬儀時の希望、後見制度の知識)

コーディネーター：行政書士・重本寿美重先生 参加費：¥500- (資料&茶菓子代込)

*セミナー終了後、希望者のみでチョイ呑み会を実費開催します。