

# 令和元年 第31回わくわく細坂サロンの開催

12月5日木曜日、細坂集会所で24名の皆さんの参加を頂き開催されました。

「365歩のマーチ」を歌いながらの健康体操でサロンの開催です。脳トレは「一から数えましょう」五の倍数、三の倍数をとばして一人ずつ数えていきます。つい次の数を言い出しそうになります・・・いけない、いけない三の倍数だ！・・・これが脳を刺激するのです。手作りゲームは「段々ボール転がし」シートで、ひだを作りデコボコの上を種類の違うボールを転がし点数を競います。思うようにボールが転がってくれません・・・だから面白いゲームです。午後からビンゴゲーム、皆で景品を持ち寄り、楽しみました。

最後は「今日の日はさようなら」を、手をつなぎ全員で合唱し修了しました。

