

「カフェ さくら」 4月18日(土)

場所：西中山 憩の家（南部集会所）

時間：9時30分～11時30分



さくら会 女性プロジェクト

3月の「カフェ さくら」トピックス

- 1) 笑いヨガ：大きな声の“わっはっは”とみんなの笑顔に包まれ 大賑わい!!
- 2) お抹茶体験：自分でたてた抹茶に 満足のほっこり顔



アハハ！で
こんにちは

笑いヨガで120歳迄



うん万円の抹茶茶碗で一服



11-2組
杉本光生!!



4月のお楽しみ企画

- ① シニア(私たち) 向けのヒップホップダンス (上履きをご用意下さい)
- ② 足裏コロコロ癒し → 頭の体操 (数字・漢字)