

## エフ・イーさろんは・・・

だれでも気軽に立ち寄って、楽しくおしゃべりしたり、ゆっくりとくつろいでいただける憩いの場です。また、みなさんに楽しんでいただけるいろいろなイベントも開催しています。1杯100円でコーヒー・紅茶・お茶もお出ししています。土・日・祝日も開いています。

## 3月さろん催し

### ～お昼ごはん～ 「ちらし寿司」

<3月5日(火)午前11時30分～ 1人前400円>

具たくさんでやさしい家庭的なお味のバラ寿司です♪ おいしいよ♡

### ～FAわいわい塾～ (サロン2階)

<3月8日(金)22日(金)13時30分～15時 参加費：300円 >

いつまでも元気で、はつらつに過ごすために脳カトレーニングいたしましょ。

### ～茶楽会～ 教授：宗諄さん

<3月8日(金)午前10時30分～12時 要申込み 定員：5名 参加費：500円>

簡単な略手前のお茶のお作法を教えてください。(現在定員に達しております募集はしていません)

### ～映画会～ 「そして誰もいなくなった」

<3月11日(月)午後1時30分～ 参加費：100円>

孤島に招かれた10人の男女。童謡の歌詞通りに次々に殺人事件が起こっていく・・・

原作：アガサ・クリスティ 出演：バリー・フィッツジェラルド 他。

### ～健康麻雀～

<3月14日(木)午前10時～12時 参加費：100円>

賭けない・飲まない(飲酒)・吸わない(煙草)『健康麻雀』初心者の方もどうぞ。

### ～お話し会～ 担当：おはなしとんとん

<3月25日(月)午前11時～11時30分 参加無料>

親子さんでご参加ください。絵本よみきかせや、パネルシアター・ゆびあそびなど。

### ～うたごえ喫茶～

<3月27日(水)午後2時～ 参加費：100円 > ハーモニカ伴奏：安田隆廣さん

季節の歌や童謡・唱歌を、懐かしいハーモニカの伴奏で歌いましょう♪

### ～介護なんでも相談会～ 無料

<3月30日(土)午前10時～12時> 相談員：看護師 木村充枝

介護に関する疑問や、介護保険に関する事など相談に乗ります。

相談内容に関しては個人情報保護法により秘密厳守いたします。

### ～体を動かしましょ～

<3月5日(火)12日(火)19日(火)26日(火)午後2時30分～3時 参加費：100円>

椅子に座ったままで、誰にでも簡単にできる体操です。気軽にご参加ください。



詳しくは、エフ・イーさろん 2階のエフ・イー事務所までお問い合わせください。