

# 色々な活動楽しんでます

2023/11/12 (日)

## 箆屋手芸クラブ

★岩田三重子さんがリーダー  
スポンジボールで筋トレ

★運動あり・・・適度な筋力トレーニング  
★手芸あり・・・手芸で脳トレーニング  
★お茶あり・・・仲間とのふれあい



★三友連の藤森史子さんによる  
ナイロン布のたわしづくりにチャレンジ



四苦八苦しなからみんな完成、藤森さんありがとうございました。