



## 回 覧



どなたでも自由に参加できる！

# いよいよ健康サロン千福が丘

第 152 回 PKS 48

2026年 3月20日(金) 午後1時00分より

千福が丘自治会館にて

## 今月のメニュー

### 1. 始めに

みんなで挨拶、初参加者紹介、今月のトピックス、ラジオ体操

### 2. ハッピータイム 3月生まれの方

### 3. チャチャチャ！でミュージック



曲名 : ♪. 木綿のハンカチーフ…リズム楽器を使って

♪. 春が来た …… ..脳トレ体操



— 休 憩 —

### 4. フラワーアレンジメント(有料:材料費)

春のお花を楽しく生けてみましょう！

講 師 : 太田 富美子先生 小原流沼津支部 監事 一級家元監事

(持ち物) 鉢(キッチン鉢可)、手拭き、大きめの紙袋又はポリ袋(作品入れ)

牛乳パック(底から5.5cmカットしたもの)

(体験申し込みは、2月末をもちまして締め切りました。見学は自由に出来ます。)



お願い 新型コロナウイルス感染防止のため次のことをお守りください

- ・マスクの着用(着用は各自の判断をお願いします)
- ・入室前の手の消毒
- ・風邪症状のある方は入室をご遠慮願います

皆さんの参加を待ってま～す。友達のをひろげましょう！