回　覧

どなたでも自由に参加できる！

いきいき健康サロン千福が丘

第 113 回　PKS 48

2022年　12月21日（水）　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．ハッピバタイム　　12月生まれの方

3．チャ！チャ！チャ！でミュージック

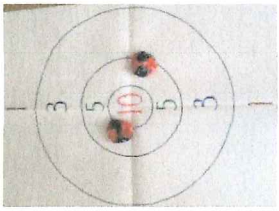
≪曲　目≫　赤鼻のトナカイ
　　星影のワルツ

―― 休　憩 ――

4．ギター・マンドリン演奏　*Cuore del Mandolino* の皆さん

≪曲　目≫
G&M 合奏　；　イタリア組曲、ｸﾘｽﾏｽｿﾝｸﾞﾒﾄﾞﾚｰ、南蛮渡来、他
M. デュオ　；　嘆きのセレナード
G. ｶﾙﾃｯﾄ；　千の風になって

5．ゲームを楽しもう！！
　だれもが出来るダーツとお手玉投げゲームで身体を動かそう！



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
- お出かけ前の体温測定
- マスクの着用（各自で用意ください）
- 入室前の手の消毒
- 大声での会話は厳禁
- 風邪症状のある方は入室をご遠慮願います

皆さま誘い合わせてお出かけ下さい