



## 回 覧



自由に参加して友だちを作ろう！！

# いきいき健康サロン千福が丘

第 115 回 PKS 48

2023年 2月21日(火) 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. ハッピーバタイム 2月生まれの方

3. チャ！チャ！チャ！でミュージック

《曲 目》 ♪ 上を向いて歩こう(リズム楽器を使って)

♪ ペチカ

— 休 憩 —

4. ちぎり絵体験

色紙を小さくちぎって、台紙に貼り付けて絵を仕上げよう

(持ち物) 丸箸(先が丸く尖ったもの 1本)、のり(スティック状 可)  
手拭き

5. ゲーム 魚釣りをやろう どんな魚が釣れるかな！

(持ち物) 釣り竿\* & 魚(11月サロンで作成したもの)

\*釣り竿の予備はサロンで用意しています

6. 茶話会 新年度計画 その他

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

