



回 覧

どなたでも自由に参加出来る!



いきいき健康サロン千福が丘

第 104 回 PKS 48

2022年 3月22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 目》 ♪. 冬の夜
♪. 津軽海峡冬景色

— 休 憩 —



4. ゲームで身体を動かしましょう!

★ ダーツ



★ お手玉投げ



5. 茶話会 ゲーム後の一休み

お願い 新型コロナウイルス感染防止のため次のことをご守りください

- ・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

ご注意! 新型コロナウイルス感染拡大防止のための「まん延防止等重点措置」がサロン当日まで継続された場合は、開催を中止致します。