



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 125 回 PKS 48

2023年 12月20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. ハッピータイム 12月生まれの方



3. チャ!チャ!チャ!でミュージック



《曲 目》 リズム楽器を使って ♪. ジングルベル

♪. あわてんぼうのサンタクロース

身体を使って ♪. てのひらを太陽に

— 休 憩 —



4. 女性コーラス 設立30周年 千福が丘 ~コスモスラインの皆さん~



素敵な歌声をあなたの心にお届けします

そして一緒に歌いましょう

《プログラム》

第1部 コスモスラインの合唱をお楽しみ下さい

遠い日の歌、サンタ・ルチア、黒ネコのタンゴ

第2部 クリスマスの曲を歌いましょう

きよしこの夜、もろびとこぞりて、他

第3部 体をほぐしましょう

手のひらを太陽に

第4部 ご一緒に!

冬景色、北の宿から、津軽海峡冬景色、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

- ・マスクの着用(各自で用意ください)
- ・入室前の手の消毒
- ・風邪症状のある方は来場をご遠慮願います

皆さんの参加を待ってま〜す。友達のをひろげましょう!