



# 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 108 回 PKS 48

2022年 7月20日(月) 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 7月生まれの方

### 3. チャ!チャ!チャ!でミュージック

曲 目 : ♪. 夏の思い出  
♪. 高原列車は行く(体操も)



— 休 憩 —

### 4. 手話ダンスを楽しみましょう 手話ダンスグループ "朋友"のみなさん

今回は "手話ダンス"です。  
簡単な手話を学び、そして手話で語りながら  
一緒に踊ってみましょう

曲 目 : ♪. 愛さんさん  
♪. 花は咲く  
♪. ふるさと (みなさんと一緒に!)  
♪. 明日があるさ  
♪. 365歩のマーチ  
♪. 東京五輪音頭2020



お願い 新型「コロナ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

## 皆さん誘い合わせてお出かけ下さい