



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118回 PKS 48

2023年 5月22日(月) 午後1時00分より

千福が丘自治会館にて

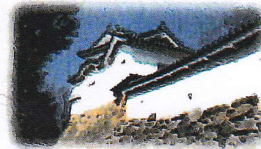
今月のメニュー



1. **始めに**
みんなで挨拶、初参加者紹介、今月のトピックス、フジオ体操
2. **ハッピータイム** 5月生まれの方
3. **チャ!チャ!チャ!でミュージック**



曲 目 ; ♪. 青葉城恋唄
(リズム楽器入り)
♪. 茶摘み
(体操入り)



— 休 憩 —

4. **絵手紙体験** ~田中久子さん(町内在住)~

あなたの気持ちを絵に描いて一筆添えて送ってみましょう。

初めての方も素敵な絵手紙が描けるよう先生が

丁寧に指導いたします。是非お試しください!

今回は官製はがきに描き、実際に投函します。官製はがきを持参ください。

なお、葉書には事前に下絵を書いておいて下さい。(時間都合上)

[持ち物]

- ・ 官製はがき(63円)、1~2枚
- ・ 絵ふで(お持ちの方)
- ・ 筆記用具



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

皆さん誘い合わせてお出かけ下さい