



回 覧



どなたでも自由に参加できる！

いよいよ健康サロン千福が丘

第 151 回 PKS 48

2026年 2月20日(金) 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 2月生まれの方

3. e-スポーツ講座(講話と試技)

e-スポーツとは？

今や世界の老若男女で楽しまれているこのゲームの
お話しと実際にどのようなゲームなのかを体験してみましょう

紹介予定のゲーム：ボーリング、太鼓叩き

(例)

太鼓叩き



— 休 憩 —

4. ゲーム大会

今回はダーツと輪投げです

腕を磨いて高得点を目指しましょう



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(着用は各自の判断をお願いします)
- ・入室前の手の消毒
- ・風邪症状のある方は入室をご遠慮願います

皆さんの参加を待ってま～す。友達のをひろげましょう！