

白樺町内会員の皆様

令和5年6月

回覧

白樺町内会福祉部

第1回ふれあいきいきサロンのご案内

皆さんこんにちは！

長く続いたマスク生活がようやく緩和されましたが、いかがお過ごしですか？

白樺会福祉部で、今年度1回目のふれあいきいきサロンを企画いたしました。

久しぶりに皆さんと一緒に体操をしたり、歌ったりして、親睦を深めていきたいと思っています。どなたでもお気軽にご参加ください。

ふれあいきいきサロン スタッフ一同

～体操と音楽で体も心もリラックス～

◆日時 6月28日(水) 10:00～11:30 (受付は9:45～)

◆会場 青葉会館第1、2会議室(青葉町3丁目)

◆内容 ゆる体操でリラックス(講師～横藤雅人さん)

コーラスでリフレッシュ(季節の歌、懐かしの流行歌など🎵)

ティータイムでおしゃべり

☆活動の内容上、マスク着用でのご参加、また入場時の手指消毒のご協力をお願いします。

☆動きやすい服装でお越しください。

☆初めてご参加される方には、受付でお名前・連絡先のご記入をお願いしています

☆参加申し込みは必要ありません。当日直接、青葉会館へお越しください。

【お問い合わせ先】白樺町内会福祉部 小野規子まで ☎891-8985

ゆる体操講師～横藤雅人さん(現 白樺町内会長)から

2016年から4年間続いた「ふれあいきいきサロン」での健康体操は、新型コロナにより3年間休止しておりましたが、お久しぶりに皆さんと心身を緩めるひとときを共にできること、とてもうれしく思います。

さあ、楽しくゆったりと心身をゆるめましょう！

