

笑いヨガ・替え歌・「とことこバンド」ハワイアン演奏と年忘れ会

会員外の方も歓迎します

脳活サークルが新体制となって早 8 か月が経過しました。今年の締めくくりとして、“盛大な年忘れ会”を開催したいと思いますので、皆様の参加をお待ちしています。尚、「とことこバンド」のメンバー全員参加で、この“年忘れ会”を盛り上げてくれるとのことです。皆様と共に楽しい会にしましょう。



1. 日時:12 月 19 日(月) 10 時～15 時 30 分(9 時 30 分受付)

2. 場所:ところ荘集会室

3. プログラム:

1)10 時～10 時 50 分:

「体操」(平野公子氏)と「笑いヨガ」(所沢千笑氏)



2)10 時 50 分～11 時 50 分:

「替え歌」の効能、皆で「替え歌」を歌う(若山昭氏)



3)12 時 00 分～13 時 30 分

「忘年昼食会」:豪華弁当、飲物付、差し入れ歓迎

「歌と踊り」(河原千恵氏)「琴演奏」(本橋清子氏)

4)13 時 45 分～15 時 00 分(休憩 15 分含む)

「とことこバンド」によるハワイアン演奏とフラダンス

5)15 時 05 分～15 時 30 分

後片付けと清掃など

4. 会費:1500 円(演奏者の昼食代など含む)

会員外の方は+100 円をお願いします。

5. 申込み・問合せ先:

本橋:2944-1555、山本:2995-0876、薄井:2945-2660、加曾利:2939-2308

—ハワイアンが踊れる方歓迎します(100 円免除)—

