

# 波田福祉ひろばだより



令和4年3月1日発行 NO132 波田地区福祉ひろば TEL92-8001

波田地区福祉ひろば事業推進協議会

1月と2月のひろば事業がコロナ感染拡大のため中止になってしまい申し訳ありません。外出できず運動不足になったと感じている方も多いと思います。ひろばの事業もコロナの感染状況を見ながら再開しますので是非ご参加ください。

## ふれあい健康教室

折井清純先生とアルプス ぴの マンドリーノの皆さんによる



## マンドリン演奏会

日時: 3月17日(木) 9時30分~11時30分  
(受付 9時15分~9時30分)

お飲み物は用意してありますが、飲み物の持ち込みは可能です。

※ 申し込み: 3月7日(月) 午前9時~  
☎ 0263-92-8001  
お電話・窓口どちらでも受付いたします。  
定員になり次第締め切らせていただきます

## おいでよ!ひろば



1月・2月がお休みでしたので3月は全町会の皆さんが対象です!

百歳体操やエルダーで脳トレ、健康講座を行います。

久々にひろばで体を動かしたり脳トレを試してみませんか!

日時: 3月11日(金) 10時~11時30分

申し込み: 3月7日(月) 午前9時から

☎ 92-8001

内容 ・エルダーで脳トレ

・いきいき百歳体操

・「健康は腸から」

講師: 南信ヤクルト 高津さん

## この指とまれ

毎週火曜日 10:00~12:00

3/ 1日 ペーパークラフト おひな様

3/ 8日 プレゼント作り

3/ 15日 折り紙教室

《かぶと》

講師: はなおりの会

の皆さん

3/ 22日 押し花 材料費 200円~

講師: 小松 先生



\*はじめての方はひろばまでご連絡ください

~波田地区保健師さん相談日~

3月10日(木)・17日(木)

9:00~11:30



※上記の事業等は中止、または変更させていただく場合があります。ご了承ください。

全ての事業にマスク、手指消毒など感染対策のご協力をお願いいたします。



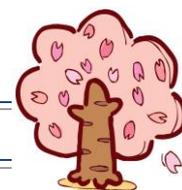
### 3月行事予定

日付	曜日	午前	午後
1	火	この指とまれ 10:00~12:00	
2	水		健康麻雀サークル 13:00~16:00
4	金	おしゃべりサロン 10:00~11:30	いきいき健康ひろば 13:30~
7	月	サークルヨーガひのき 10:00~11:00	太極拳サークル 13:30~15:30
8	火	この指とまれ 10:00~12:00	
9	水		健康麻雀サークル 13:00~16:00
10	木		体力づくりサポーター会議 13:30~15:30
11	金	おいでよ!ひろば 10:00~11:30	
14	月	サークルヨーガひのき 10:00~11:30	太極拳サークル 13:30~15:30
15	火	この指とまれ(おりがみ教室) 10:00~12:00	
16	水		健康麻雀サークル 13:00~16:00
17	木	ふれあい健康教室	
18	金	おしゃべりサロン 10:00~11:30	
22	火	この指とまれ 10:00~12:00	
23	水		健康麻雀サークル 13:00~16:00
26	金	おしゃべりサロン 10:00~11:30	
28	月	サークルヨーガひのき 10:30~11:00	太極拳サークル 13:30~15:30



### 4月行事予定

日付	曜日	午前	午後
1	金	おしゃべりサロン 10:00~11:30	
4	月	サークルヨーガひのき 10:00~	太極拳サークル 13:30~15:30
5	火	この指とまれ 10:00~12:00	
6	水		健康麻雀サークル 13:00~16:00
8	金	おしゃべりサロン 10:00~11:30	
11	月	サークルヨーガひのき 10:00~	太極拳サークル 13:30~15:30
12	火	この指とまれ 10:00~12:00	



※これらの予定は中止となることもあります。ご了承ください。