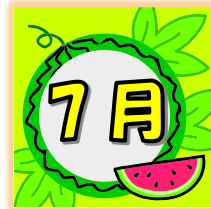


波田福祉ひろばだより



令和4年7月1日発行 NO136 波田地区福祉ひろば事業推進協議会

波田地区福祉ひろば TEL 92-8001

今年の梅雨は例年より短い予報が出ていますが、梅雨が明けると暑い夏の到来です。コロナ予防に加え熱中症にも気を付けこまめな給水をしましょう。ひろば事業に参加される方は飲み物をお持ちください。

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 マンドリンコンサート

7月28日(木) 9:30~11:30

受付 9:15~9:30

当番町会：2区・26区 町会の皆様
よろしくお願ひ致します。

申し込み 7月4日(月) 午前9時から

☎ 92-8001

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

7月は 15区~27区の皆さん

日時: 7月15日(金) 10時~11時30分

内容: 百歳体操(松本バージョン)

エルダーで脳トレ・ニュースポーツ

申し込み: 7月4日(月) 午前9時から

☎ 92-8001

※次回は8月19日(金)です



この指とまれ

毎週火曜日 10:00~12:00

7/5日 和紙てまり作り

講師: 信濃毎日新聞松本専売所 和田講師

7/12日 クラフトバンド工作 講師: 田中講師

材料費: 500円 募集人員: 10人

申し込み: 7月1日 午前9時から

☎ 92-8001

7/19日 折り紙 <七夕人形>

講師: はなおりの会

7/26日 布のプローチ作り

持ち物: 裁縫道具

※初めての方は福祉ひろばにご連絡ください



男衆のひろば

白馬五竜 バスハイク

高山植物を見ながらウォーキング

男衆のお仲間に入り

一緒に活動してみませんか。

日時: 7月20日(水)

集合: 8時45分 西部保健センター

参加費: 3,600円 (ゴンドラ、昼食代込み)

問い合わせ: 福祉ひろばまで



7月 出前ふれあい健康教室

7/6日(水) 10時~ 20区 町内公民館

※詳しくは町会回覧をご覧ください

~波田地区保健師さん相談日~
7/12日(火)・7/28日(木)



男衆のひろば

子ども会育成会 共催

松本山雅 ウォーキングサッカー

走らない! 歩くサッカーです!

老若男女問いません!

日時: 8月4日(木)

午前9時~11時

場所: 波田体育館

持ち物: 運動靴、運動できる服装

※申し込み 7/11(月)~27(水) ☎ 92-8001

定員になり次第締め切らせていただきます。

小学生以上のお子さんは親子参加も可能です。

*子ども育成会でも申し込みを受け付けています
子ども育成会のお知らせを参照してください。



※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。

7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	いきいき健康ひろば 13:30～15:30
4	月	サークルヨーガひの木 10:00～11:30	太極拳サークル 13:30～15:30
5	火	この指とまれ 10:00～11:30	
6	水	20区出前ふれ健 10:00～11:30	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木 10:00～11:00	太極拳サークル 13:30～15:30
12	火	この指とまれ 10:00～11:30	
13	水		健康麻雀サークル 13:00～16:00
15	金	おいでよ！ひろば 10:00～11:30	
19	火	この指とまれ(おりがみ教室) 10:00～12:00	
20	水	男衆のひろば 白馬バスハイク 8:45～	健康麻雀サークル 13:00～16:00
22	金	おしゃべりサロン 10:00～11:30	
25	月	サークルヨーガひの木 10:00～11:30	太極拳サークル 13:30～15:30
26	火	この指とまれ 10:00～11:30	
27	水		健康麻雀サークル 13:00～16:00
28	木	ふれあい健康教室 9:30～11:30	

8月行事予定



日付	曜日	午前	午後
1	月		太極拳サークル 13:30～15:30
2	火	この指とまれ 10:00～11:30	
3	水		健康麻雀サークル 13:00～16:00
4	木	男衆のひろば 9:00～11:00 松本山雅ウォーキングサッカー教室 (子ども育成会共催 波田体育館)	