

波田福祉ひろばだより

令和4年10月1日発行 NO139 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



第9回 波田地区福祉ひろばまつり

3年ぶりに開催します。楽しい企画がいっぱいです！

お祭りだよ～

10月16日(日) 午前9時20分 スタート！
秋の一日を家族おそろいでお楽しみください。



※コロナ禍、感染対策をとって行います。密にならないよう入場制限をしてお待ちいただく事もあります。ご協力をよろしくお願いいたします。
詳細は別紙にて全戸配布しておりますので、そちらをご覧ください。

ふれあい
健康教室

♪ ハワイアンリトミック ♪



懐かしい童謡に合わせて体を動かしましょう

講師：川村 裕里 先生



10月27日(木) 9:30～11:30

受付 9:15～9:30

当番町会：1区・11区 町会の皆様
よろしくお願い致します。

申込み 10月3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

10月はお休みです

※次回は11月18日(金)

体組成計測定行います。



10月は「市民運動」推進強化月間です

松本市では、健康寿命の延伸を目的として「市民歩こう運動」を推進しています。
手軽に出来るウォーキングで健康づくりをしましょう。

この指とまれ

毎週火曜日 10:00～11:30

10/4日 ひろばまつり準備・作品作り

10/11日 ひろばまつり準備・作品作り

10/18日 折り紙 < 秋 >

(桔梗、イチヨウ、もみじ、柿、栗等)

講師：はなおりの会

10/25日 エチケット袋入れ

講師：宮下 様

※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。

～波田地区保健師さん相談日～

10/12日(水)・10/27日(木)

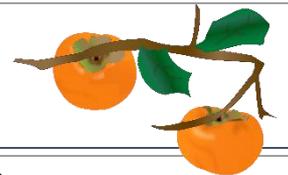


10月 行事予定



日付	曜日	午前	午後
3	火	ヨーガ教室ひの木 10:00~11:00	太極拳サークル 13:30~15:30
4	火	この指とまれ 10:00~11:30	第4回ひろばまつり実行委員会 13:30~
5	水		健康麻雀サークル 13:00~16:00 第2回ひろば企画委員会 13:30~
7	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
11	火	この指とまれ 10:00~11:30	
12	水		健康麻雀サークル 13:00~16:00
15	土		福祉ひろばまつり準備 13:30~14:30
16	日	第9回 福祉ひろばまつり 9:20~12:00	
17	月	ヨーガ教室ひの木 10:00~11:30	太極拳サークル 13:30~15:30
18	火	この指とまれ 10:00~11:30 おりがみ教室	
20	木	梓川高校世代間交流 11:00~	
21	金	おしゃべりサロン 10:00~11:30	
24	月	ヨーガ教室ひの木 10:00~11:00	太極拳サークル 13:30~15:30
25	火	この指とまれ 10:00~11:30	
26	水		健康麻雀サークル 13:00~16:00
27	木	ふれあい健康教室 9:30~11:30	
28	金	おしゃべりサロン 10:00~11:30	
31	月	ヨーガ教室ひの木 10:00~11:30	太極拳サークル 13:30~15:30

11月 行事予定



日付	曜日	午前	午後
1	火	この指とまれ 10:00~11:30	
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 13:30~15:30

※これらの予定は変更、中止となることもあります。ご了承ください。