

波田福祉ひろばだより



令和5年6月1日発行 NO147 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

ふれあい
健康教室

～今年も！フレイル検診～

「私のからだ綴」
ファイルを
プレゼント！

検診は初めての方、昨年行った方どなたでも参加OK
筋力、血圧、握力、口の動き等を測定して自分の体を知ることが出来ます。

＜日時＞

6月22日（木）9:30～11:30

受付 9:15～9:30

当番町会：9区・18区 町会の皆様
よろしくお願い致します。

＜申し込み＞

期間：6月5日（月）～6月9日（金）

時間：午前9時～午後5時まで

☎ 92-8001



※お飲み物は用意してありますが、持ち込み可能です。

おいでよ！ひろば
&
おしゃべりカフェ



＜日時：6月9日（金）＞

☆三 おいでよ！ひろば

10時～11時 30分

場所：波田保健福祉センター 教養娯楽室

内容：百歳体操・エルダーで脳トレ・

※水分補給用の飲み物は各自ご持参ください

☆三 おしゃべりカフェ

11時～14時

（ラストオーダー 13時30分）

場所：波田保健福祉センター ふれあいホール

料金：150円 ※お菓子付きです

メニュー：コーヒー・カフェラテ・抹茶ラテ

緑茶・紅茶

※両方でも、どちらかだけでもOKです!!



この指とまれ

毎週火曜日 10:00～11:30

6/6 牛乳パックで作るトレイ

6/13 スマホ活用(QRコードを読んでみよう)

6/20 折り紙 「アサガオとカタツムリ」

講師：はなおりの会

6/27 布で作る絵手紙 講師：矢崎さん

*初めて参加する方はひろばへご連絡ください

☎ 92-8001



6月 出前ふれあい健康教室 予定

8区 6/8（木）町会公民館 13:30～15:00

22区 6/14（水） " "

15区 6/16（金） " "

12区 6/20（火） " "

※詳しくは町会回覧をご覧ください

男衆の
ひろば

パターゴルフ
（スカイパーク）



日時：6月15日（木）9時30分 スカイパーク 集合

使用料：各自負担

持ち物：運動できる服装、帽子、飲み物

雨天の場合：福祉ひろばでニュースポーツ

問い合わせ：福祉ひろばまで ☎ 92-8001

～波田地区保健師さん相談日～

6/6（火）・6/22（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きます。ご了承ください。

6月行事予定



日付	曜日	午前	午後
2	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
5	月	ヨーガ教室ひの木 10:00~11:00	太極拳サークル 13:30~15:30
6	火	この指とまれ 10:00~11:30	
7	水		健康麻雀サークル 13:00~16:00
8	木	おしゃべりサロン 10:00~11:30	8区出前ふれ健 13:30~15:00
9	金	おいでよ!ひろば 10:00~11:30 おしゃべりカフェ 11:00~14:00	
12	月	ヨーガ教室ひの木 10:00~11:30	太極拳サークル 13:30~15:30
13	火	この指とまれ 10:00~11:30	
14	水		22区出前ふれ健 13:30~15:00 健康麻雀サークル 13:00~16:00
15	木	男衆のひろば (パターゴルフ) 9:30~	
16	金	おしゃべりサロン 10:00~11:30	15区出前ふれ健 13:30~15:00
19	月	ヨーガ教室ひの木 10:00~11:00	太極拳サークル 13:30~15:30
20	火	この指とまれ (おりがみ教室) 10:00~11:30	12区出前ふれ健 13:30~15:00
21	水		健康麻雀サークル 13:00~16:00
22	木	ふれあい健康教室 9:30~11:30	
23	金	おしゃべりサロン 10:00~11:30	
26	月	ヨーガ教室ひの木 10:00~11:30	
27	火	この指とまれ 10:00~11:30	
28	水		健康麻雀サークル 13:00~16:00

7月行事予定



日付	曜日	午前	午後
3	月	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	

