

波田福祉ひろばだより

令和5年8月1日発行 NO149 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

めんそーれ

沖縄の音楽を楽しみましょう

♪ 三線コンサート ♪

演奏：ちよんたらーずの皆さん

＜日時＞

8月24日（木）9:30～11:30

受付 9:15～9:30

当番町会：1区・25区 町会の皆様

よろしくお願い致します。

＜申し込み＞

期間：8月7日（月）～8月10日（木）

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：8月18日（金）＞

☆三 おいでよ！ひろば



10時～11時 百歳体操

エルダー脳トレ（教養娯楽室）

11時15分～11時45分

バイオリン ミニコンサート

奏者：スズキメソッドの皆さん

（ふれあいホール）

☆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（ホット・アイス）・カフェラテ

・緑茶・紅茶

※ 両方でも、どちらかだけでも OK です!!

※ お子様連れも大歓迎です ♡

＜パンの販売はお休みです＞

～波田地区保健師さん相談日～

8/8（火）・8/24（木）



この指とまれ

毎週火曜日 10:00～11:30

8/1 吹き矢：好評につき2回目です

（肺の力を鍛えましょう!）

8/8 ニュースポーツとプレゼント作り

8/22 上高地ウォーキング（締め切りました）

※ 8月の折り紙教室はありません。

※ 初めての方は福祉ひろばにご連絡ください。

☎ 92-8001

ひろばサークル紹介

【太極拳サークル】

活動日：月曜日（月3回） 13:30～15:00

講師：倉田 實 先生

【ヨーガ教室 ひの木】

活動日：月曜日（月4回）

ゆったりヨーガ 10:00～11:30

フレッシュヨーガ 10:00～11:00

講師：大浜 悦子 先生

【健康麻雀サークル】

活動日：水曜日 13:00～16:00

★ いずれも体験が出来ます。お気軽に連絡をください。

※お問い合わせ 参加申し込みは ひろばまで

☎ 92-8001

※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。

8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
7	月		太極拳サークル 13:30~15:00
8	火	この指とまれ 10:00~11:30	
9	水		健康麻雀サークル 13:00~16:00
10	木	子ども会育成会 共催 松本山雅ウォーキングサッカー 9:00~11:00	
18	金	おいでよ!ひろば 10:00~11:45 おしゃべりカフェ 11:00~14:00	
21	月	ヨガ教室ひの木 10:00~11:30	太極拳サークル 13:30~15:00
22	火	この指とまれ(ウォーキング) 8:00~16:00	
23	水		健康麻雀サークル 13:00~16:00
24	木	ふれあい健康教室 9:30~11:30	
25	金	おしゃべりサロン 10:00~11:30	
28	月	ヨガ教室ひの木 10:00~11:00	太極拳サークル 13:30~15:00
30	水		健康麻雀サークル 13:00~16:00

9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	ヨガ教室ひの木 10:00~11:30	太極拳サークル 13:30~15:00
5	火	この指とまれ 10:00~11:30	
6	水		健康麻雀サークル 13:00~16:00
7	木		17区出前ふれ健 13:30~15:00
8	金	おいでよ!ひろば 10:00~11:30 おしゃべりカフェ 11:00~14:00	

※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。