

波田福祉ひろばだより

令和5年9月1日発行 NO150 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



ミニ 運動会



チーム対抗 みんなで体を動かし楽しみましょう

チームリーダー : 男衆のひろばの皆さん ☆参加賞・景品あり

《日時》

9月28日(木) 9:30~11:30

受付 9:15~9:30

当番町会: 2区・22区 町会の皆様

よろしくお願い致します。

《申し込み》

期間: 9月4日(月)~9月8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: 9月8日(金)》

☆三 おいでよ!ひろば



10時~11時40分 エルダーで脳トレ・軽体操

10時45分~11時30分

お腹元気健康教室 南信ヤクルトさん

「腸内環境を整え 健康寿命を延ばしましょう」

☆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・紅茶・緑茶



9月限定

抹茶 お菓子付き

茶席 先着 20名

なごみの会の皆さんがお茶をたててくださいます

《ぱんの販売があります》11時40分~11時55分

「松本ひよこ」の方が作ったパンです。

ご希望の方はご購入下さい。



~波田地区保健師さん相談日~

9/8(金)・9/28(木)



この指とまれ

毎週火曜日 10:00~11:30

9/5 ひろばまつり 作品作り 準備

9/12 ひろばまつり 作品作り 準備

9/19 折り紙 「ひまわり」

講師: はなおりの会

9/26 ひろばまつり 作品作り 準備

※ 初めての方は福祉ひろばにご連絡ください。

9月出前ふれあい健康教室予定

9/7日(木) 13時30分~ 17区 町内公民館

9/13日(水) 13時30分~ 3区 町内公民館

9/21日(木) 10時00分~ 24区 町内公民館

※詳しくは町会回覧をご覧ください

第10回 ひろばまつり 開催について

10月15日(日)のひろばまつり開催に向け準備を進めています。今年はどんなお祭りになるかお楽しみに!

※チラシは 広報まつもと10月号と一緒に配布します。

※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。

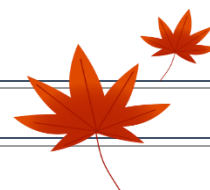
9月行事予定



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～ おしゃべりカフェ 11:00～14:00	
11	月	ヨガ教室ひの木 10:00～11:00	太極拳サークル 13:30～15:00
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 3区 出前ふれ健 13:30～15:00
15	金	おしゃべりサロン 10:00～11:30	
19	火	この指とまれ 10:00～11:30 おりがみ教室	
20	水		健康麻雀サークル 13:00～16:00
21	木	24区出前ふれ健 10:00～11:30	
22	金	おしゃべりサロン 10:00～11:30	
25	月	ヨガ教室ひの木 10:00～11:30	太極拳サークル 13:30～15:00
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	ひろばまつり役員会 13:30～

10月行事予定

日付	曜日	午前	午後
2	月	ヨガ教室ひの木 10:00～11:00	太極拳サークル 13:30～15:00
3	火	この指とまれ 10:00～11:30	
4	水		健康麻雀サークル 13:00～16:00
5	木		ひろばまつり実行委員会 13:30～



※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。