

波田福祉ひろばだより

令和5年11月1日発行 NO152 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



ひろばまつりが盛大に終わり関係者の皆様、ご来場の皆様、応援して下さった方々にお礼申し上げます。福祉ひろばは皆さんに支えられていると感じました。これからもひろばに集まっていただけのような企画を立てていきたいと思えます。

ふれあい
健康教室

松本市立病院 出前講座

注意!!
午後 開催です

ぐっすり眠って健康長寿

講師：松本市立病院 澤木 章二 医師

11月16日(木) 午後1時30分～午後3時30分
受付 午後1時15分～午後1時30分
当番町会：10区・23区 町会の皆様
よろしくお願ひ致します。

《申し込み》

期間：11月6日(月)～11月10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 11月 10日(金)》

☆三 おいでよ!ひろば

10時～11時30分

場所：教養娯楽室

～みつば保育園 交流会～

年長の皆さんと交流します!

・エルダーで脳トレ (ごぼう先生他)

☆三 おしゃべり カフェ

11時～13時 (終了時間変更になりました)

場所：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

《 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。



～波田地区保健師さん相談日～

11/16(木) 13:00～15:30

11/22(水) 9:00～12:00



この指とまれ

毎週火曜日 10:00～11:30

11/7 梓川高校 交流会

高校生が企画したゲームで交流します。

10時15分～11時05分

集合：10時00分 梓川高校玄関前

持ち物：上履き

11/14 フェルトのポプリ袋作り

11/21 折り紙教室《サンタ》

講師：はなおりの会の皆さん

11/28 年賀状を作ろう!

講師：新井いずみ先生(伝筆講師)

材料費：500円

筆ペンお持ちの方はご持参ください。

※初めての方は福祉ひろばにご連絡ください

☎ 92-8001

出前ふれあい健康教室

11/8(水) 16区 (場所：16区町内公民館)

11/15(水) 18区 (場所：18区町内公民館)

11/28(火) 26区 (場所：北原公民館)

12/6(水) 11区 (場所：11区町内公民館)

※詳しくは町会回覧をご覧ください

※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。

11月行事予定

日付	曜日	午前	午後
1	水		健康麻雀サークル 13:00~16:00
2	木		いきいき健康ひろば 13:30~15:30
6	月	ヨーガ教室ひの木 10:00~11:00	太極拳サークル 13:30~15:00 担当者連絡会 13:30~
7	火	この指とまれ 梓川高校交流会 10:00~11:30	
8	水		16区出前ふれ健 13:30~15:00 健康麻雀サークル 13:00~16:00
10	金	おいでよ!ひろば 10:00~11:30 おしゃべりカフェ 11:00~	おしゃべりカフェ ~13:00
11	土	盛泉寺をめざして 9:00~12:00 (公民館共催)	
13	月	ヨーガ教室ひの木 10:00~11:30	太極拳サークル 13:30~15:00
14	火	この指とまれ おりがみ教室 10:00~11:00	第5回ひろばまつり実行委員会 13:30~
15	水		健康麻雀サークル 13:00~16:00 18区 出前ふれ健 13:30~15:00
16	木		ふれあい健康教室 13:30~15:30
17	金	おしゃべりサロン 10:00~11:30	
20	月	ヨーガ教室ひの木 10:00~11:00	太極拳サークル 13:30~15:00
21	火	この指とまれ 10:00~11:30	
22	水		健康麻雀サークル 13:00~16:00
24	金	おしゃべりサロン 10:00~11:30	
27	月	ヨーガ教室ひの木 10:00~11:30	
28	火	この指とまれ 10:00~11:30	26区出前ふれ健 13:30~15:00

12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	ヨーガ教室ひの木 10:00~11:00	太極拳サークル 13:30~15:30
5	火	この指とまれ 10:00~11:30	

※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。