

波田福祉ひろばだより

令和6年5月1日発行 NO158 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

JJB マスケットバンド 演奏

平均年齢76歳! ? おじさん・おばさんバンドの
素敵な歌声 演奏をお楽しみください。



5月23日(木) 9:30~11:30

受付 9:15~9:30

当番町会: 17区・24区 町会の皆様
よろしくお願ひ致します。

《申し込み》

期間: 5月7日(火)~10日(金)

時間: 午前9時から17時まで

☎ 92-8001

※ 期間内にお申し込みください

おいでよ!ひろば & おしゃべりカフェ

日時: 5月10日(金)

☆三 おいでよひろば

10時~11時30分

内容: エルダーで脳トレ・軽体操
ニュースポーツ



☆三 おしゃべりカフェ

11時~13時

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・
緑茶等



< パンの販売があります >

11時40分~11時55分

「松本ひよこ」の方が作ったパンです



5月 出前ふれあい健康教室

5/17日(金) 25区 13時30分~15時

5/20日(月) 1区 13時30分~15時

※詳しくは町会回覧をご覧ください

~波田地区保健師さん相談日~

5/7日(火)・5/23日(木)



この指とまれ

毎週火曜日 10:00~11:30

5/7日 柿渋塗

5/14日 柿渋塗仕上げ

紙コップで籠づくり

5/21日 } ランプシェードづくり

5/28日 } 材料費 : 500円

※5月の折り紙教室はありません。

次回は6月11日(火)です。

※初めての方は福祉ひろばにご連絡ください

☎ 92-8001

4月23日に作った
籠に柿渋を塗ります

スポーツ

吹き矢



吹き矢は、呼吸を鍛えることで全身の
血の巡りが良くなり、健康にも良いといわれています。

お気軽にご参加ください。

期日: 5月2日(木)・16日(木)

時間: 9時30分~11時30分

場所: 教養娯楽室

持ち物: 個人用マウスピース

※マウスピースがない方は100円

吹き矢セットがある方はお持ちください。

お問い合わせ ☎ 92-8001

※上記の事業は中止または変更させていただく
場合があります。御了承ください。

5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	スポーツ吹き矢 9:30~11:30	いきいき健康ひろば 13:30~15:30
7	火	この指とまれ 10:00~11:30	
8	水	男衆のひろば バスハイク 8:30~16:30	健康麻雀サークル 13:00~16:00
9	木	8区出前打合せ 10:00~	企画委員会 13:30~
10	金	おいでよ!ひろば 10:00~11:30	おしゃべりカフェ 11:00~13:00
13	月	ヨガ教室ひの木 10:00~11:00	担当者連絡担当者連絡 13:30~
14	火	この指とまれ 10:00~11:30	
15	水		健康麻雀サークル 13:00~16:00
16	木	スポーツ吹き矢 9:30~11:30	
17	金	おしゃべりサロン 10:00~11:30	25区出前ふれ健 13:30~15:00
20	月	ヨガ教室ひの木 10:00~11:30	1区出前ふれ健 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
23	木	ふれあい健康教室 9:30~11:30	
24	金	おしゃべりサロン 10:00~11:30	
27	月	ヨガ教室ひの木 10:00~11:00	
28	火	この指とまれ 10:00~11:30	

6月行事予定



日付	曜日	午前	午後
3	月	ヨガ教室ひの木 10:00~11:30	
4	火	この指とまれ 10:00~11:30	

5	水	スポーツ吹き矢	9 : 30~11 : 30	康麻雀サークル	13 : 00~16 : 00
---	---	---------	----------------	---------	-----------------