

波田福祉ひろばだより

令和6年8月1日発行 NO161 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



♪ 二胡コンサート ♪

演奏：野田 裕子先生

日時：8月22日(木) 午前9時30分～11時30分
受付 午前9時15分～9時30分

当番町会：7区・26区町会の皆様
よろしくお願ひ致します。

《申込み》

期間：8月5日(月)～8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。

☆三 おいでよ!ひろば 音楽の集い

日時：8月9日(金)
午前10時～12時15分
プログラム



第1部 【波田地区で活躍されている皆さんです】
午前10時～11時(教養娯楽室)

- ・ギター漫談 信州 太郎さん(忠地茂人さん)
- ・オカリナ演奏 オカリナフレンズまほろば

第2部 【昨年大好評の皆さんです】
午前11時15分～12時15分(ふれあいホール)

- バイオリンコンサート
- ・アンサンブル MOMO
 - ・波田小アンサンブル



手作りおやつでティータイム

“ふかし饅頭を作りましょう!!”

日時：8月6日(火) 午前10時～午後1時

場所：福祉ひろば

講師：食生活改善員の皆さん

材料費：500円

持ち物：エプロン、三角巾 など

申込み：福祉ひろば ☎ 92-8001

この指とまれ

毎週火曜日 午前10時～11時30分

8月20日 スマホ活用講座

講師：松本看護大学生

8月27日 目ヨガ体験 目の疲労回復!

※ 初めの方には福祉ひろばにご連絡ください。

☎ 92-8001



松本山雅ウォーキングサッカー

日時：8月8日(木) 午前9時～11時

場所：波田体育館

定員：30名

持ち物：運動できる服装と靴(上履き)、飲み物

8/2まで
受付中

☆三 おしゃべり カフェはお休みです

午前11時～12時までお飲み物を無料で
提供するセルフカフェを行います。

《パンの販売はありません》

～波田地区保健師さん相談日～

8月9日(金)・8月22日(木)



スポーツ吹き矢

日時：8月1日(木)、21日(水)

午前9時30分～11時30分

場所：教養娯楽室

持ち物：マウスピース(無い方は100円で購入可)



※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	木	スポーツ吹き矢 9:30~11:30	
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
6	火	手作りおやつでティータイム 10:00~13:00	
7	水		健康麻雀サークル 13:00~16:00
8	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	
9	金	おいでよ!ひろば “音楽の集い ” 10:00~12:15	
19	月	ヨガ教室ひの木 10:00~11:30	
20	火	この指とまれ 10:00~11:30	
21	水	スポーツ吹き矢 9:30~11:30	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

9月行事予定



日付	曜日	午前	午後
2	月	ヨガ教室ひの木 10:00~11:30	
3	火	この指とまれ 10:00~11:30	
4	水	廃線ウォーキング 公民館主催8:50~14:30	健康麻雀サークル 13:00~16:00
5	木	スポーツ吹き矢 9:30~11:30	17区出前ふれ健 13:30~15:00
6	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
9	月	ヨガ教室ひの木 10:00~11:00	男衆のひろば 梓川高校交流会12:40~13:40
10	火	この指とまれ 10:00~11:30	

※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。