

波田福祉ひろばだより

令和6年11月1日発行 N0164 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



交通安全教室

歩行環境シュミレーター
などの体験ができます

松本市自転車推進課交通安全担当の皆さんによる教室です。

11月28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：1区・22区 町会の皆様
よろしくお願い致します。

◀ 申込み ▶

期間：11月5日(火)～11月8日(金)

時間：午前9時～午後5時まで

☎ 92-8001

おいでよ!ひろば & おしゃべりカフェ

◀日：11月15日(金)▶

☆三 おいでよ!ひろば

午前10時～11時30分

～みつば保育園 交流会～

年長園児の皆さんと交流します!



園児の皆さんの歌と体操を見せていただき、
手遊びなどで一緒に遊びましょう。

場所：波田保健福祉センター 教養娯楽室

☆三 おしゃべり カフェ

午前11時～午後1時

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

メニュー：コーヒー・カフェラテ・紅茶・緑茶 等

◀パンの販売はありません▶

～波田地区保健師さん相談日～

11月8日(金) 10時～11時30分

11月28日(木) 9時30分～11時30分



【ひろばまつりの御礼】

来てくださった皆様や協力いただいた皆様のおかげで
盛大に終わることができました。

ありがとうございました。

手作りおやつでティータイム

“飾り巻きずしを作りましょう” (定員15人)

日時：11月12日(火) 午前9時30分～正午

講師：尾身先生

材料費：1,000円

持ち物：エプロン、三角巾、巻きずし、タッパー

申込み：福祉ひろば ☎ 92-8001

※定員になり次第受付を締め切らせて頂きます。



この指とまれ

毎週火曜日 午前10時～11時30分

11月5日 プレゼント作り

11月19日 ステンドグラス風シール塗り絵

持ち物：ピンセット

11月26日 年賀状を作ろう! (定員15人)

※定員になり次第受付を締め切らせて頂きます。

講師：新井いずみ先生(伝筆講師)

材料費：500円

筆ペンをお持ちの方はご持参ください。

※初めて参加される方、「年賀状を作ろう!」に参加希望
の方は福祉ひろばにご連絡ください。 ☎ 92-8001

11月 出前ふれあい健康教室

11月7日(木) 19区 午後2時30分～4時

11月13日(水) 16区 午後1時30分～3時

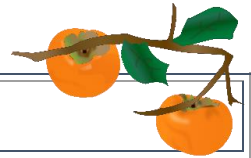
11月20日(水) 18区 午後1時30分～3時

11月26日(火) 26区 午後1時30分～3時

※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	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
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	スポーツ吹き矢 9:30～11:30	19区出前ふれ健 14:30～16:00
8	金	おしゃべりサロン 10:00～11:30	
11	月	ヨーガ教室ひの木 10:00～11:00	
12	火	手作りおやつでティータイム 9:30～12:00	
13	水		16区出前ふれ健 13:30～15:00 健康麻雀サークル 13:00～16:00
15	金	おいでよ!ひろば 10:00～11:30 おしゃべりカフェ 11:00～13:00	
18	月	ヨーガ教室ひの木 10:00～11:30	
19	火	この指とまれ 10:00～11:30	
20	水	スポーツ吹き矢 9:30～11:30	18区出前ふれ健 13:30～15:00 健康麻雀サークル 13:00～16:00
21	木	男衆のひろば 10:00～12:00	
22	金	おしゃべりサロン 10:00～11:30	
25	月	ヨーガ教室ひの木 10:00～11:00	
26	火	この指とまれ 10:00～11:30	26区出前ふれ健 13:30～15:00
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	

12月行事予定



日付	曜日	午前	午後
2	月	ヨーガ教室ひの木 10:00～11:30	
3	火	この指とまれ 10:00～11:30	
4	水		11区出前ふれ健 13:30～15:00 健康麻雀サークル 13:00～16:00

※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。