

波田福祉ひろばだより

令和7年2月1日発行 NO167 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

松本市音楽文化ホール出張講座

おでかけオルガン



開会式、体操、脳トレはふれあいホールで行います。

2月20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：5区・18区 町会の皆様
よろしくお願い致します。

《申し込み》

期間：2月3日(月)～2月7日(金)

時間：午前9時～午後5時まで

☎ 92-8001

未就園児親子交流会
ふれあいタイム

☆ こねこねクッキング

材料費：親子 100円

お申込みは2月28日(金)
までに福祉ひろばへ

日時：3月6日(木)
午前10時～11時30分
場所：波田保健福祉センター
教養娯楽室

未就園児親子の皆様の交流会です。
食生活改善推進員さんの協力で簡単なおやつ作りを
します。保育士さんによる遊びもあります。
お気軽にお越しください。

おいでよ！ひろば & おしゃべりカフェ



2月はお休みです。

※次回は3月14日(金)です。

◇ 出前ふれ健 ◇

2月7日(金) 21区 午後1時30分～3時

2月14日(金) 23区 午後1時30分～3時

※詳しくは町会回覧をご覧ください

今年度はほとんどの町会にお邪魔させて頂き、
皆様方と楽しいひと時を過ごすことが出来ました。
ご協力に感謝致します。

来年度も多くの皆様との出会い・ふれあいを
大切に、各町会にお邪魔させて頂きます。

この指とまれ

毎週火曜日 午前10時～11時30分(25日は12時まで)

2月4日 カレンダーで作る輪(ちりめん作品吊り下げ用)
持ち物：厚めのカレンダー又はペーパータオルの芯

2月18日 おりがみ教室“祝い鶴”

講師：はなりの会の皆さん

2月25日 切り絵体験(おひな様)

講師：松澤先生

材料費：1,000円

定員：15名



※初めての方や切り絵に参加希望の方は

福祉ひろばにご連絡ください。切り絵は定員に
なり次第受付を締め切らせて頂きます。

募集!!

♠ 男衆のひろば ♠



男衆のひろばではウォーキングやバターゴルフ等屋外
での活動、そば会など食を通じた活動を行ったり、梓川
高校との交流会などいろいろ計画しています。いつも
若々しく、いきいきとした男衆の方々です。

ぜひ、お仲間になりませんか。

活動日：毎月第3木曜日 内容により時間が変わります。

*ご希望の方は、福祉ひろばまでご連絡ください。



～波田地区保健師さん相談日～

・ 2月 7日(金)
・ 2月13日(木)

※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。

2月行事予定



日付	曜日	午前	午後
3	月	ヨガサークルひの木 10:00～11:30	梓川高校交流会(男衆のひろば) 12:50～13:40
4	火	この指とまれ 10:00～11:30	
5	水		健康麻雀サークル 13:00～16:00
6	木	スポーツ吹き矢 9:30～11:30	
7	金	おしゃべりサロン 10:00～11:30	21区 出前ふれ健 13:30～15:00 いきいき健康ひろば 13:30～15:30
10	月	ヨガサークルひの木 10:00～11:00	
12	水		健康麻雀サークル 13:00～16:00
14	金		23区 出前ふれ健 13:30～15:00
17	月	ヨガサークルひの木 10:00～11:30	
18	火	この指とまれ (おりがみ教室) 10:00～11:30	
19	水	スポーツ吹き矢 9:30～11:30	健康麻雀サークル 13:00～16:00
20	木	ふれあい健康教室 9:30～11:30	
21	金	おしゃべりサロン 10:00～11:30	
25	火	この指とまれ 10:00～12:00	
26	水		健康麻雀サークル 13:00～16:00
28	金	おしゃべりサロン 10:00～11:30	

3月行事予定



日付	曜日	午前	午後
3	月	視察研修 ヨガサークルひの木 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	健康麻雀サークル 13:00～16:00
6	木	ふれあいタイム(こねこねクッキング) 10:00～11:30	
7	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

※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。