

波田福祉ひろばだより

令和 7 年 5 月 1 日発行 NO170 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

エルダーシステムで楽しく体操・脳トレ !!

講師：第一興商 藤崎さん



“エルダーシステム”は、ひろば事業ではおなじみの体操・脳トレ・歌などが入っている生活総合機能改善機器です。皆でゆっくり楽しみましょう！

5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：4区・11区 町会の皆様
よろしくお願い致します。

《申し込み》

期間：5月7日（水）～16日（金）
時間：午前9時から午後5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

5月9日（金）



☆おおいでよひろば

午前10時～11時30分

内容：“お薬の話” 松本市薬剤師会
脳トレ・軽体操 など

☆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＞

午前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月8日（木）10区 午後1時30分～3時
5月16日（金）25区 午後1時30分～3時
5月19日（月）1区 午前10時～11時30分

～波田地区保健師さん相談日～

5月7日（水）・5月22日（木）
両日午前中



※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。

この指とまれ

毎週火曜日 午前10時～11時30分

5月13日 モルックを楽しもう !!
5月20日 } クラフトバンドの籠作り
5月27日 } 定員：10人 材料費：200円

※「籠作り」希望の方や初めての方は福祉ひろばにご連絡ください。

松本市街ぶら歩き

♠ 男衆のひろば ♠

“男衆のひろば”はいつも若々しく、いきいきとした男衆の方々の集まりです。今月は電車に乗り松本駅から開智学校や、松本城内を歩きます。一緒に楽しみませんか？

日時：5月15日（木）

集合：午前9時30分 松本駅改札口前

持ち物：交通費、昼食代、飲み物



※参加希望の方は福祉ひろばまでご連絡ください。

未就園児親子交流会 ふれあいタイム

日時：6月12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

未就園の親子の皆さん福祉ひろばにおいでください。保育士さんによる遊びや・親子同士の交流、簡単な工作も予定しています。詳細は6月号でお知らせします。お気軽にお越しください。 連絡先：☎ 92-8001

はじめてまして

4月から福祉ひろばで働くことになりました。皆さんとの交流を楽しみにしています。よろしくお願いいたします。

立岩由起子