



H 30・ 11 ・ 1 No. 234

第三ひろばだより



ふれあい健康教室

日時 11月21日(水) 13:30~

場所 第三地区福祉ひろば

『テレビ観戦から見た大相撲』

相撲の歴史、仕組み、力士の取り組みなど基本からわかりやすく楽しくお話をしていただきます
普段なかなか聞くことのできない相撲にまつわる話を聞くと違った角度から相撲観戦を楽しめます

講師 プラチナサポーターズ松本
杉山克巳 氏



※健康相談あります

ふれ健参加で当月お誕生日の方にはお祝いとして写真・手作りプレゼントをさしあげています

※ふれあい健康教室はどなたでも参加できます
11月の当番町会 埋橋・金山町

町会ふれあい健康教室

☆日の出町会ふれあい健康教室☆

日時 11月15日(木) 11:00~

場所 日の出町公民館



☆四ッ谷東町会ふれあい健康教室☆

日時 12月4日(火) 11:00~

場所 四ッ谷東公民館



※詳しくは町会から配布されるチラシをご覧ください

第3回 食改料理講習会

日時 11月28日(水)

場所 トライ・あい松本 調理室

食改お薦めの健康的な料理です



松本市は市民歩こう運動を推進しています



子育て支援 おひさまキッズ

お友達が沢山！遊びに来てね！

日時 11月1日(木)10:00~

☆絵本に親しむ☆



日時 12月6日(木)10:00~

☆クリスマス会☆



ことしもサンタさん
きてくれるかな

今年もひろばで楽しいクリスマス♪

第17回 第三地区ウォーキング大会

第三地区体育委員会主催 第三地区ひろば・公民館共催

目的地 千鹿頭池・岩波酒蔵

日時 11月11日(日)

集合場所 8時45分(出発9時)

あがたの森文化会館前

※詳細は体協からの回覧をご覧ください。

気持ちの良い秋空の下、地区町会の皆様と一緒に
地元を歩き、親睦を深めましょ。



絵てがみ

干支 亥の土鈴の絵付け

冬らしいもの

日時 11月20日(火) 13:30~

費用 1個140円

土鈴は限定10個です

持ち物 油性マジック



顔彩や筆などお持ちの方はご持参ください

皆さん参加してください

※10月20日(土)第三地区公民館・体育委員会・第三地区福祉ひろば(共催)世代間交流スポーツ

4歳~91歳まで60名以上ウォーキング・パン食い競争・グラウンドゴルフなど楽しみました

あがた運動公園多目的広場にて世代を超え笑顔一杯交流できました





《11月の予定表》



太字はひろば事業・細字はサークル活動、その他

日(曜日)	内容・時間		日(曜日)	内容・時間	
1(木)	10:00	子育て支援 絵本に親しむ	15(木)	10:00	花月吟
2(金)	10:00	さわやか太極拳		11:00	日の出町町会ふれあい健康教室
5(月)	13:00	健康麻雀(すずめの会)		13:30	写真同好会
6(火)	13:30	墨絵同好会	16(金)	10:00	さわやか太極拳
7(水)	13:30	民児協定例会		13:30	民踊レクダンス
8(木)	13:30	切り絵	19(月)	10:00	プチ・ドール
9(金)	13:30	もえぎ会		13:30	童謡唱歌を歌おう会
11(日)	9:00	第17回 第三地区ウォーキング大会 集合場所 あがたの森文化会館前 出発時間 9:00 秋のいい日に歩きましょう		13:00	健康麻雀(すずめの会)視聴覚室
12(月)	13:30	ゆうすげの会	20(火)	13:30	絵手紙 千支の絵付け・冬らしいもの
	13:00	健康麻雀(すずめの会)視聴覚室	21(水)	13:30	ふれあい健康教室 相撲にまつわる話の講座
13(火)	10:00	あじさいの会	22(木)		
	13:30	カラオケ倶楽部	26(月)	9:30	ゆうすげの会
14(水)	9:30	いきいきデータ	13:00	健康麻雀(すずめの会)	
	13:30	健康相談	27(火)	10:00	あじさいの会(ハーモニカ)
	18:00	第1回ひろば運営委員会(関係者のみ)	28(水)	10:00	第3回食改料理講習会
			29(木)		
			30(金)		

《12月の予定》



3(月)	13:00	健康麻雀(すずめの会)	6(木)	10:00	子育て支援 クリスマス会
4(火)	11:00	四ッ谷東町会ふれあい健康教室			
5(水)	13:30	民児協定例会	7(金)	10:00	さわやか太極拳



平成30年度高齢者インフルエンザ予防接種を受けましょう！
接種期間は・平成30年10月9(火)～平成30年12月28日(金)

