



8月の行事予定

世間は命にかかわる酷暑で「風間は出歩かないように!!」と言いたいところですが、ひろばに入ればこっちのもの!涼みながら、あんなこんなしませんか!?体調に気を付けながらぜひご参加ください。

日	曜	ひろばの行事	サークル活動	
			午前	午後
1	水	子育て支援 ミニ運動会 10:00~12:00		
2	木		女鳥羽の会	
3	金	東部の縁側 バザー制作 10:00~16:00		
6	月	ブロック会議午後職員不在		こまくさの会
7	火	社交ダンス講習会 9:30~11:30		松籟の会
8	水	スマイル山雅健康教室 14:30~16:30	ミュージックバル	
9	木	東部の縁側 バザー制作 10:00~16:00		
10	金	男のふれ健 赤羽義徳先生 10:00~11:30		
13	月			
14	火			
15	水			
16	木			
17	金	健康麻雀・囲碁・将棋 13:30~16:30		
20	月	ふれ健 西山知花先生 9:30~ パンの販売 11:30~		こまくさの会
21	火			松籟の会
22	水	ひろば喫茶 13:30~16:00	ミュージックバル	
23	木	企画委員会 13:30~15:00	四方山会	
24	金	東部の縁側 バザー制作 10:00~16:00		
27	月	健康なんでも相談の日 9:30~11:00		
28	火			松籟の会
29	水	東部の縁側 バザー制作 10:00~16:00		
30	木	東部の縁側 バザー制作 10:00~16:00		
31	金	施設クリーニング 東部楽団 13:30~		

9月の行事予定			日	曜	行事
			14	金	男のふれ健 10:00~
4	火	社交ダンス講習会 9:30~	18	火	東部の縁側 バザー制作 10:00~
5	水	子育て支援 開放日 10:00~	19	水	ひろば喫茶 13:30~
7	金	ひろば視察研修 8:30~	20	木	企画委員会 13:30~
8	土	東部地区防災祭 9:00~13:00	21	金	健康麻雀・囲碁・将棋 13:30~
10	月	ふれ健 交通安全教室 9:30~	25	火	健康なんでも相談 9:30~
11	火	ベネチアンガラス 9:30~	26	水	ハーバリウム 13:30~
13	木	あがたの森ウォーキング 10:30~	28	金	東部楽団 13:30~

子育て講座

8月1日(水)10:00~12:00

真夏のミニ運動会

おやつが出ます 保健師相談あります。

9月5日(水)10:00~12:00

ひろば開放日



ふれあい健康教室

「無理のない体操」

講師 西山知花先生



8月20日(月) 9:30~12:00

※必要な方は水分をお持ちください

- ◎体力づくりサポーターの皆さんによる体操
- ◎8月の歌 ◎信濃の国体操東部バージョン
- ◎保健師による健康相談 ◎茶話会
- ◎8月の当番の方は 9時にお集まりください
- ・ボランティア部7班(餌差・鍛冶・下横田)
- ・健康づくり推進委員

社交ダンス講習

8月7日(火) 9:30~11:30

講師 土屋晃一さんと東部ダンサーズ

皆で楽しく踊ろう! 求む! 男性!! 初心者歓迎!!



夏休み特別企画!

山雅の選手がやって来る!!

スマイル山雅健康教室

8月8日(水)14:30~

- ◎運動指導 ◎栄養指導
- ◎みんなで楽しいお茶タイム
- 持ち物 タオル 飲物
- 定員 30名(先着順)

問い合わせ・申し込は、福祉ひろば(32-7168)まで



北ふれあいホーム・おひさまベーカリー

おいしい手作りパンの販売

8月20日(月)11:30~



ひろば喫茶

8月22日(水)13:30~16:00

コーヒー、紅茶、お茶、お代わり自由
今月のお茶菓子は「お楽しみ」

お茶とお菓子で100円

お菓子作りボランティア・
サロンスタッフ募集中!



男のふれ健

赤羽義徳先生のストレッチ体操

8月10日(金)10:00~11:30

◎タオルをお持ちください

《8月のテーマ》

「ストレッチ」で、
血管を若返らせよう



東部の保健室

健康なんでも相談

8月27日(月)9:30~11:00

- ◎持ち物 母子手帳(お子さん)
健康手帳(お持ちの方)
- ◎健康づくり課の保健師と包括支援センター
の職員が相談に応じます。



大人のフリースペース

囲碁・将棋・健康マージャン

8月17日(金)13:30~16:30

※地域の皆様を対象です。
勝負は時の運!!
脳トレに!?



東部楽団

8月31日(金)13:30~16:00

楽器を持ち寄り、演奏してみよう。
仲間のみinnで楽しく演奏すれば、
練習の苦勞も何のその!? 只今団員
は、キーボード、マンドリン、ハ
ーモニカ、二胡、アコーディオン、
パーカッションなど。東部楽団仲間募集中!!



縫い針・お茶 東部の縁側 縫い針・お茶
がっちりミシンカフェ

8月3日(金)9(木)24(金)29(水)30(木)
10:00~16:00 コーヒー、お茶あります。



10月の文化祭に向け、バザー作品制作を
がっちり行っています。1に楽しく、2に楽しく。
和気あいあい手仕事してみませんか?
得意な方も私チョットという方も、是非ともお
知恵とお力をお貸しください。