

ひろばだより 284

平成30年11月1日発行
田川地区ひろば事業推進協議会
田川地区福祉ひろば
TEL 28-1168

一段と日が暮れるのが早くなり、朝晩の冷え込みが晩秋の訪れを感じさせてくれます。日中との温度差が大きく体調を崩しやすい季節なので、体調の変化に十分注意しましょう。

ふれあい健康教室

11月1日(木)午後1時30分

年に一度の四肢筋検診を行います。
田川体操・健康相談もあります。

12月は、12月6日(木)です。

お手伝いは、健康づくり推進員さん

レクリエーションは、民生児童委員さんです。



たがわチャイルドひろば

11月15日(木) 10:00~

「お話の会」

田川お話の会の皆さんによる楽しいお話です。



★申込不要! ★おやつ代(1家族¥100)

ひろば喫茶

ボランティア部

11月16日(金)10:00~12:00

森山陽子さんのアコーディオン演奏による歌声喫茶です。

コーヒー・紅茶+お菓子で¥100



ヘルシーテラス「ストレッチヨガ」

11月30日(金) 10:00~

昨年大好評・田中花先生の講座です。ゆっくりヨガの時間を楽しみましょう。



持物：水分・バスタオル

社協田川支会「ふれあい配食会」

日時 11月20日(火)

☆対象の方には、民生児童委員さんよりお知らせがあります。



田川地区健康福祉月間 3回連続講座「明日の幸せ築く街」

11月22日(木)・11月27日(火)・12月4日(火)

各回 10:00~ 田川公民館 大会議室

※詳しくは田川公民館回覧をご覧ください。



みんなのひろば X'masのハーバリウム作り

11月30日(金)13:00~

詳しくは回覧をご覧ください。要申込!

新企画!! 布と遊ぶ日・紙と遊ぶ日

第1月曜・第3月曜 午後...布と遊ぶ日

第2水曜・第4水曜 午後...紙と遊ぶ日

※詳しくは回覧をご覧ください。

市民歩こう運動

『天守閣ってどんどこ?』

11月17日(土) 9:00~田川児童センター
田川児童センターの親子と一緒に、松本城天守閣を見学します。申込不要です。



*健康づくり課保健師による相談日のお知らせ! 11月1日(木)午後、15日(木)の午前です。

11月



日	曜	ひろばの行事 ◆印とサークル活動は参加自由です	サークル活動		その他の行事・会議等
			午前 10:00	午後 13:00	
1	木	民生児童委員定例会 ◆ふれあい健康教室 13:30～ ◆健康づくり課保健師相談日			0840 ラジオ体操 (本)
2	金		歩こう会		
5	月	社協田川支会バス研修 8:30 集合		ふるさとの会	
6	火	渚宮本出前ふれ健 10:00～	絵てがみ(デイ)	絵てがみ	0840 ラジオ体操(本・分)
7	水		健康体操	習字	
8	木		趣味の会		0840 ラジオ体操 (本) 男の料理教室 10:00
9	金	巾上南出前ふれ健 10:30～	歩こう会		
12	月	渚本村出前ふれ健 10:00～ ◆布と遊ぶ日 13:00～			
13	火	ブロック報告会 15:00～	ベルサークル		0840 ラジオ体操(本・分)
14	水		健康体操	雀の会	
15	木	◆たがわチャイルド 10:00～ ◆憩いのひろば 13:00～16:00			0840 ラジオ体操 (本)
16	金	◆ひろば喫茶 10:00～12:00 いきいき健康ひろば 13:30			
17	土	◆天守閣ってどんどこ? 9:00			
19	月	健康づくり推進員会定例会 (AM)		ふるさとの会	漬物講習会 (公民館)
20	火	ふれあい配食会	絵てがみ		0840 ラジオ体操(本・分)
21	水	渚本郷出前ふれ健 10:00～ ◆紙と遊ぶ日 (花風車) 13:30	健康体操		
22	木	◆介護予防講座 Part1 10:00～	趣味の会		0840 ラジオ体操 (本)
26	月	◆ラク～ナ体操 10:00～11:00 ◆布と遊ぶ日 13:00～			
27	火	◆田川いきいきサロン 10:00	ベルサークル		0840 ラジオ体操(本・分)
28	水		健康体操	雀の会	
29	木	田川小6年交流会 (かご) 8:50			0840 ラジオ体操 (本)
30	金	◆ヘルシーテラス (ヨガ) ◆みんなのひろば(ハーバリウム)	歩こう会		
12/3	月	◆ラク～ナ体操 10:00～11:00		ふるさとの会	
4	火	◆介護予防講座 Part2 10:00～	絵てがみ(デイ)	絵てがみ	0840 ラジオ体操(本・分)
5	水	◆紙と遊ぶ日 13:00～	健康体操		
6	木	民生児童委員定例会 ◆ふれあい健康教室 13:30～ ◆健康づくり課保健師相談日			