

# 11月 笹賀地区福祉ひろばたより

朝晩はだいぶ冷え込んできました。晴れた日の陽射しの暖かさにほっとしますが、気温差も大きいこの季節、風邪などひかないように気をつけましょう。

## ふれあい健康教室

### 「ベルエコース」ハンドベル演奏会

11月のふれあい健康教室は「ベルエコース」のみなさんによるハンドベルの演奏会です。クリスマスソングなどで美しい音色を奏でてくれるハンドベル。一足早く今月のふれあい健康教室でその音色を楽しみましょう！

日時 11月15日(木) 午前9時30分～11時30分

出演 ベルエコース

※申込はいりません。大勢のみなさんのお越しをお待ちしています。



## 手芸講習会のお知らせ

### 「ハーバリウム」を作っちゃおう！

今年話題になっている「ハーバリウム」を一緒に作りましょう。元々は植物の標本の意味だったようですが、今は進化しておしゃれなインテリアに！プレゼントにしても素敵です。作り方は意外と簡単。必要なのは材料とセンスのみ？生花よりも色あせしにくく、長く楽しめます。

日時 11月20日(火) 午後1時30分から

申込 11月15日まで(定員10人)

持ち物 ピンセット(長めのもの無ければ割り箸)・はさみ

参加費 1,000円



11月の映画は

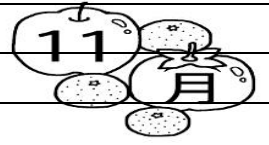
「妻よ薔薇のように 家族はつらいよⅢ」です。

山田洋次監督喜劇映画シリーズ第3弾。今回のテーマは主婦への讃歌  
11月22日(木) 午後1時30分から



# 11月の予定

日	曜	午前 9 時 30 分から	午後 1 時 30 分から
1	木	特定検診	
2	金	マジック同好会	カラオケの会
3	土		パソコン教室
5	月	3B 体操	手芸の会
6	火	お役立ち！整理収納講座	民児協定例会
7	水		すげの会
8	木	体操ひろば（ウォーキング）	
9	金	たのしくうたおう	
12	月	地区健康育児相談「栄養相談」	すすめクラブ（3時30分）検診準備
13	火	胃がん・大腸がん検診 健康づくり講座（大ホール）	
14	水		習字の会
15	木	ふれあい健康教室	
16	金	マジック同好会	カラオケの会
19	月	神戸町会出張ふれ健（神戸公民館）	手芸の会
20	火		ハーバリウム講習会
21	水	ひよこ	いきいき健康ひろば
22	木	映画会準備	映画会「妻よ薔薇のように」
26	月	体操ひろば	すすめクラブ
27	火	健康づくり講座（大ホール）	
28	水	子どもと本の集い	習字の会



## ひよこ

11月のひよこはカレンダーを作ります。子どもや家族・ペットの写真、好きなイラストなどを使って自分だけのオリジナルのカレンダーを手作りします。A3サイズで作ります。参加希望の方は材料となる写真・イラスト等お持ちください。

日時 11月21日 午前10時から

持ち物 写真・イラスト等カレンダーに使いたいもの



笹賀地区担当保健師は12日（月）の午前9時～12時までひろばにおります。身体について気になることや検診の結果や食事のことなど、気軽に相談においでください。