

福祉ひろばだより

平成30年8月1日 No. 341

猛暑日が続きます！暑さに負けないようバランスの良い食事と水分摂取、規則正しい生活を心がけましょう！夏休みで地域に子どもが帰ってきます。子どもたちと仲良くなって、地域のつながりを深めましょう！

♡年齢に制限はありませんが、足腰に自信のない方はこちらの会をお勧めします。送迎サービスあります

★「花の会」第2ふれあい健康教室

8月7日(火) AM9:30~11:40



～峰ちはる歌謡ショー！～

涼しいひろばで、「寿の歌姫」の歌を聞いて、元気をもらいましょう ゆったり体操☆血压測定 次回9/11

送迎をご希望の方は・・・8月2日(木)までに、必ずひろばまで申し込みをお願いします



(^_^)♡どなたでもご参加ください。健康に興味のある方、初めてやお久しぶりの方、お待ちしております

★ふれあい健康教室★ 上履き持参!

8月28日(火) AM9:30~11:40



～ ニュースポーツ ～

体育館で、色々な用具を使用して、皆で楽しく身体を動かしましょう！ 元気体操☆血压測定

動きやすい服装でお気軽にご参加ください。
協力:寿ニュースポーツの皆さん

☆男だけの健康教室



《男性のための健康教室》ストレッチや筋トレ

毎月第2水曜日 PM1:30~ 8月8日(水)です。

健康運動指導士 荒井真理先生 次回9月12日(水)

《男性スポーツ吹矢》呼吸、姿勢を意識で血压安定

毎月第1火曜日 PM1:30~ 8月7日(火)です。

角田 みや子先生 次回9月4日(火)

☆会費は毎回200円 お気軽に見学、参加ください。

夏休み企画「平和のつどい」



8月10日(金) AM10:00~12:00

「平和」について考えてみませんか。子どもたちにも参加してほしくて夏休みに計画しました。がらくた座の木島千草さんをお招きして、平和のお話を紙芝居や人形を使って、わかりやすくお話してもらいます。すいとん汁もご用意します。※申し込みしてね!

夏休み企画 おばけのお話し会&工作

8月17日(金) AM9:30~11:30



ペン立てや写真立てにきれいなもようのテープをはって、オリジナル作品ができちゃうよ!

材料費200円 必ず申し込みをお願いします。

★カラオケ大会&峰ちはるミニコンサート

～暑い夏!涼しいひろばでのいきろう!～

8月24日(金) 受付開始AM9:00
AM9:30~PM4:00

★参加費1000円(昼食とデザート&コーヒー付)
ひろばに申し込み用紙がありますので、曲名を記入し参加費を添えて申し込みください。聞くだけの方も申し込みをお願いします。募集:先着35名さま



障がい者施設の皆と交流&施設見学

8月27日(月) AM9:20集合 申し込み必要

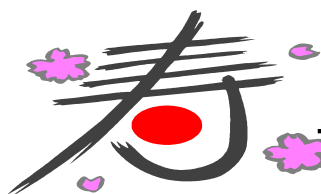
障がいがある方と共に暮しやすい地域にするにはどうすれば?障害があるってどういうこと? 寿公民館AM9:30 発→コムハウス→昼食(自己負担1000円程度)→四賀アイアイ→着PM4:30

ひろばをキレイにする日協力者求む!

8月6日(月) AM8:00~9:00



ひろば周辺の草とりと室内の清掃をします。暑い時期なので1時間ほどで終了したいと思います。大勢だと短時間で終わるので、ご協力よろしくお願いします。夏休み中の子どもたちも大歓迎!



地区福祉ひろば 8月～9月中旬の行事予定

月	日	曜日	午前(利用時間 9:30～11:30)	午後(利用時間 1:30～4:00)	
8	1	水	ひろば喫茶「ののはな」AM10:00～	午後「ののはな」 次回9/19(水)	
	2	木	囲碁大会		
	3	金	夏休み企画「流しそうめん＆昔遊び体験」AM9:00～11:30		
	6	月	ひろばの草取りにご協力くださいAM8:00～9:00		
	7	火	第2ふれあい健康教室「花の会」	《男性》スポーツ吹矢 参加費200円お仲間募集中	
	8	水	銭太鼓	男性のための健康教室 高齢者連絡会	
	9	木	太鼓 真寿園訪問	囲碁・将棋	
	10	金	鉦/平和のつどい	カラオケひろば / 親父バンド4:30～	
	13	月		お盆中、ひろば事業はお休みです。	
	14	火			
	15	水		大人も子どもも大歓迎！	PM2:00～DAMを使用した体操です。お気軽にどうぞ！
	16	木			
	17	金	鉦/お化けのお話し会&工作	スポーツボイス体験会親父バンド4:30～	
	20	月	いきいき健康ひろば(登録者限定)	3B体操JOY	
	21	火	白姫町会出前喫茶店AM10:00開店	絵手紙(参加費200円)	
	22	水	銭太鼓	ご近所大学 地域づくり講演会	
	23	木	太鼓	囲碁・将棋	
	24	金	鉦/カラオケ大会&峰ちはるミニコンサート	児童センター応援	
	27	月	わくわくはなまる塾④/障がい者施設訪問交流		
	28	火	ふれあい健康教室(体育館)	恵の会打ち合わせ	
	30	木		囲碁・将棋	
31	金		体力づくりサポーター全体研修		
9	1	土	192サロンコンサート 寿体育館		
	3	月	ひろばをキレイにする日	おはなしサロン「どんぐり」	
	4	火		《男性》スポーツ吹矢 参加費200円お仲間募集中	
	5	水	地域づくり推進会議	ぽんぽんお手玉会	
	6	木		囲碁・将棋	
	7	金	鉦/豊町出前ふれ健10:00～	カラオケひろば / 親父バンド4:30～	
	10	月	いきいき健康ひろば/白川出前喫茶店	3B体操JOY	
	11	火	第2ふれあい健康教室「花の会」		
	12	水	銭太鼓 つどい交流	男性のための健康教室	