

# 白板ひろばだより

4月号  
(No214)

白板地区福祉ひろば

TEL 33-4168

平成 30年 4月 1日

## 4月の「健康サロン」

4月19日(木) 10:00 ひろば集合

10:00~10:30まで ストレッチ体操

そして… 「松本城お花見ウォーキング」へ

持ち物 : 敷物・飲み物・各自必要な物・おにぎり代**200円**

申込み必要 : 4/13(金)までにひろばへご連絡下さい

※雨天時は、ひろば内で

ストレッチ・筋トレ・おにぎり昼食会をします



今月のふれあい健康教室は

4月20日(金) 9:30~

## “春”桜コンサート

ラパスさんによるインディアンハープの演奏です

\*どなたでもご参加いただけます。申込は必要ありません。



ハッピー・キッズ(子育て支援)

4月25日(水) 10:00~

## 手形足型を取りましょう!

※飲み物を持参してください



5月より…

「健康サロン」は

毎週実施になります

☆第2・4(火)ひざ痛予防

☆第1・3(金)の

偶数月:ふれあい健康教室

奇数月:クラフト



## 4月 白板地区福祉ひろば 事業予定

日	曜日	福祉ひろばでの事業・活動	時間	福祉ひろば外での活動	時間
1	日	日赤奉仕団	AM		
2	月	ハンドベル 民協 会計監査	9:30 14:00		
3	火	囲碁・将棋の会	13:30		
4	水	民生児童委員協議会定例会 絵てがみ	9:30 13:30	(研修会:職員不在 14:00~17:15)	
5	木	健康サロン(ひざ痛予防体操)	9:30		
6	金	大人のぬり絵	9:30	日赤奉仕団	夜
9	月	ほっとタイム(開放日) 福々会(ハーモニカ)	9:30 13:30		
10	火	みんなで歌って楽しい輪(カラオケ) 囲碁・将棋の会	9:30 13:30		
11	水	小さなお花アレンジ(申込み必要)	9:30		
12	木	企画委員会	13:30	ミニふれ健(宮渚新橋)	10:00
13	金	お習字の基礎	9:30	ふれあい会(折井町)	10:00
16	月	絵てがみ	9:30	ひろばで体操後、松本城へ出発！ 申込み必要 4/13(金)までにご連絡下さい	
17	火	囲碁・将棋の会	13:30		
18	水	きり絵	13:30		
19	木	健康サロン(松本城お花見ウォーキング)	10:00	(会議:職員不在 14:30~17:15)	
20	金	ふれあい健康教室(“ハーフ”演奏会)	9:30		
21	土			住みよい町づくり協議会総会(公民館)	14:30
23	月	福々会(ハーモニカ)	13:30		
24	火	みんなで歌って楽しい輪(カラオケ)	9:30		
25	水	ハッピー・キッズ(子育て支援) 健康づくり推進員総会	10:00 13:30		
26	木	ほっとタイム(ひろば1日開放日)	9:30 13:30		
27	金	にこにこ会(清拭布づくり)	9:30		

### 5月

1	火	みんなで歌って楽しい輪(カラオケ)	9:30	囲碁・将棋の会	13:30
2	水	民生児童委員協議会定例会	9:30	絵てがみ	13:30
7	月	ハンドベル	9:30		