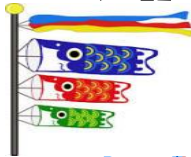


# 鎌田地区福祉ひろばだより

回覧



風薫る新緑の季節となりました、お散歩しながらひろばに足を運んでみませんか！？

H30年5月1日  
鎌田地区福祉ひろば  
事業推進協議会

## ふれあい健康教室

**日時** 5月14日(月)  
**時間** 午前9時30分から11時30分  
**内容** 歌、ストレッチ、茶話会  
3B 体操(山内智恵先生)



※ 今月は血压相談はありません

子育て支援

## ぽかぽかひろば



**日時** 5月16日(水)

午前10時から11時半まで

**内容** かわいいパウダーマグネット作り  
(おやつ付き)

**持ち物** お茶(親子分)、オムツ、着替え等、お子さんに必要なものは各自お持ち下さい。  
保健師に子育ての悩みを何でも相談できます。  
申し込みはいりませんのでお気軽に参加して下さい。

## 「歩かま」開催！

(歩こう！かまだ健康ウォーキング)

**日時** 5月21日(月)

午前9時～



※ 雨天の場合ひろばでしゃします！

**持ち物** 水分、帽子 等

新緑の中歩いてみませんか？！  
リフレッシュ出来ると思いますよ☆  
30年度も「歩かまカード」はスタンプ8個で豪華？景品がもらえます！  
参加してゲットしましょう！！  
(共催：鎌田地区公民館)

鎌田福祉ひろばへのお問い合わせ  
**27-8168** (裏面もあります)

喫茶

ニコニコサロン

**日時** 5月23日(水)

午後2時～4時

**内容** 柏餅 抹茶



コーヒー・紅茶 100円

手作り柏餅を食べながら  
皆でおしゃべりして、楽しい  
ひと時を過ごしませんか！

お誘い合わせてお気軽にお越し下さい  
ね！お待ちしております(^-^)/

松本山雅 FC 元氣育成・健康推進プログラム

## スマイル山雅健康教室

**日時** 5月17日(木)

午後2時～4時

**講師** 松本山雅の選手またはスタッフ  
CFM 実行委員会

**内容** 運動指導、栄養指導など・・・  
最後に皆でお茶タイムお楽しみ！

**持ち物** タオル、飲み物

**定員** 30名(申込み必要)

定員にない次第締切り



### ☆募集お知らせ☆

月末の水曜日、子ども達と囲碁・将棋を対局したい教えてください募集しています。

時間は、午後4時から30分～1時間程度です。

詳しくはひろばまでお問い合わせください！ お願い致します☆



# 福祉ひろば5月の事業・サークル開催予定

日付	曜日	午前(9:00~12:00)	午後(13:00~16:00)
1	火		カラオケB(13:30~)
2	水	あむ会(10:00~)	
7	月	夢うぐいす	
8	火		GGかまだボイス(13:30~)
9	水		ボランティア部
10	木	和紙工芸	健康講座ウェーリング(13:30~)
11	金	パッチワーク部	あすなろ(囲碁)
14	月	<b>ふれあい健康教室</b>	
15	火	中条出前ふれ健(10:00~)	カラオケB(13:30~)
16	水	<b>ぽかぽかひろば(10:00~)/征矢野出前ふれ健(10:00~)</b>	
17	木	<b>いきいきひろば/石芝出前ふれ健(10:00~)/スマイル山雅(14:00~)</b>	
18	金	パッチワーク部	マミー☆ボイス
21	月	<b>歩かま(9:00~)</b>	
22	火	五月町出前ふれ健(10:00~)	GGかまだボイス(13:30~)
23	水		<b>ニコニコサロン</b>
24	木	和紙工芸/南原出前ふれ健(10:00~)/保健師在所日(13:30~)	
25	金		<b>親子で集合!</b>
28	月	夢うぐいす	体力サポーター勉強会(13:30~)
29	火	<b>井川城上出前ふれ健(10:00~)</b>	
31	木		あすなろ(囲碁)



## 初旬の予定



1	金	パッチワーク部	
4	月	夢うぐいす	
5	火	石芝東出前ふれ健(10:00~)	カラオケB(13:30~)
6	水	あむ会(10:00~)	
7	木		健康講座ウェーリング(13:30~)
8	金		あすなろ(囲碁)