



福祉ひろばだより

NO.252

H30.5.1

和田地区福祉ひろば

☎40-4168

https://www.city.matsumoto.nagano.jp/kenko/fukushi_hiroba/index.html

5月の予定

今月から公民館大規模改修が始まります。いろいろな不便が予想されます。足元に気をつけてお出かけください

日 曜	ひろばの行事・会議など	サークル活動		日 曜
		午前<9:30~>	午後<1:30~>	
1 火	「ウェーブストレッチ」健康塾 10:00~			1 火
2 水		手まりの会	いなほの会	2 水
7 月	☆卓球を楽しむ会 9:30~ ☆<ペタンク>ひろば 1:30~ 民協定例会児童C			7 月
8 火	子育て支援(めだかの会) 10:00~ ==親子で簡単クッキング!==		やすらぎの会	8 火
9 水			詩吟を楽しむ会	9 水
10 木	☆しらかばの会 体操・ハンドベル 9:30~ ☆男性カラオケの会 1:30~		(童謡をうたう会)	10 木
11 金	☆運動し隊・わだ 9:30~ ☆おしゃべりサロン 2:00~			11 金
12 土			ひろばコール・ワダ	12 土
14 月	おりがみ 1:30~	書道教室		14 月
15 火	☆ふれあい健康教室 9:30~(スタッフ南和田) ~~塩原主任スペシャル講座~~ ☆いきいき健康ひろば 1:30~ データ転送			15 火
16 水	神林公民館10時集合	手まりの会 男性の料理教室	いなほの会	16 水
17 木	☆わだ・ウォーキングの日 10:00~ ☆映画を楽しむ日 1:30~「忍びの国」2時間			17 木
18 金		健康マーじゃん		18 金
19 土			絵手紙の会	19 土
21 月	お楽しみゲーム会 1:30~	書道教室		21 月
22 火	卓球を楽しむ会 9:30~		やすらぎの会	22 火
23 水	囲碁・将棋の会 9:30~		詩吟を楽しむ会	23 水
24 木	男性カラオケの会 1:30~		(童謡をうたう会)	24 木
25 金	おしゃべりサロン ~手作り蒸しケーキ~会費100円			25 金
26 土			ひろばコール・ワダ	26 土
28 月	子育てのびのびひろば 9時~12時			28 月
29 火	牛乳パックで「小物入れ」作り 1:30~(裏面参照)			29 火
30 水	切り絵 1:30~			30 水
31 木	子育て支援(めだかの会) 10:00~			31 木

☆裏面もご覧ください☆

4月のふれあい健康教室から _____ ～今年もよろしく！～

寺平先生の健康講座で気合が入り、そして何より笑いに包まれたひと時となりました。
心も体も元気に！本当の健康を目指しましょう。♪アルプス一万尺♪継続しましょう！



お願い！ ♡ ～小物入れ作り～ ♡ 5月29日(火)1時半～

6月のふれ健は、和田保育園児の年長さんと交流会を行います！

今年も、牛乳パックでステキな小物入れを作って、プレゼントしようと思っています。

材料は用意しますが、30ヶ位作りますので、ご協力お願いします。

～お手伝いしていただける方は連絡を願います～

映画を楽しむ日 17日(木)1:30～ 時間厳守で上映 (毎月第3木です)

《忍びの国》

出演 大野智 石原さとみ

伊賀の国に暮らす忍者の「無門」は、伊賀一の凄腕を持つ忍者だが、怠け者で女房の尻に敷かれていた。しかしついに圧倒的な軍勢を率いた織田軍が伊賀に攻め込んできた。武力、兵力では太刀打ちできない「無門」率いる忍びの軍団は人知を超えた秘策で織田軍に抗戦する。

～～月1回です。お友達も誘ってごゆっくりどうぞ～～



高齢者の皆さんやその家族などから、様々な支援や相談に対応します。
生活のなかでこまっていることや心配なことはありませんか？

★～★ 河西部西地域包括支援センター ☎47-0294(高山) ★～★

～子育て支援事業～ ☺ 子育てのびのびひろば ☺ 紹介

ひろばを中心に地域で取り組む”子育て支援活動”です。

ママたちの情報交換の場・ちょっとした相談・先輩ママの体験談に会話がはずみます。
保健師さんが育児相談を行っています。体の伸びや成長を確認したり、不安なことなど
お気軽になんでもご相談ください。会を重ねる毎に笑顔が広がります。

● H30年度健康相談日 (9時半～11時) 下記のとおりです ●

4月23日・5月28日・6月25日・7月23日・8月27日・9月25日・10月22日・11月26日・12月25日

1月28日・2月25日・3月25日 (公民館改修工事のため児童センター北側の駐車場をご利用ください)



5月の地区担当保健師・黒田さん相談日 《14日・21日月曜・午前中》お気軽にどうぞ！