

里山辺地区福祉ひろば

回覧



ひろばだより

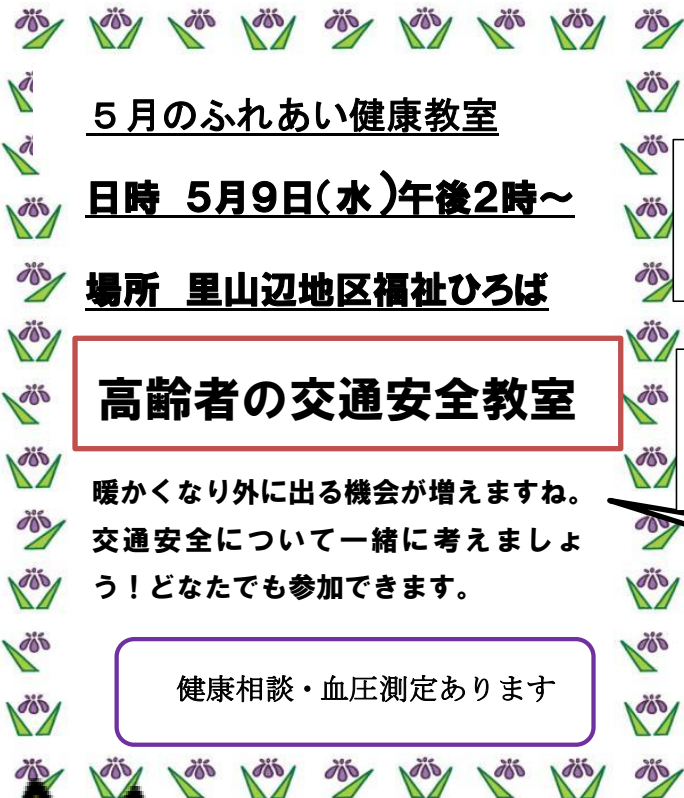
262号

松本市広報
H30-1

平成30年 5月 1日



新緑の5月となり、田んぼに水が入り始めました。いよいよ田植えの季節ですね。にぎやかなカエルの声が聞こえるのも間もなくですね。



5月のふれあい健康教室

日時 5月9日(水)午後2時～

場所 里山辺地区福祉ひろば

高齢者の交通安全教室

暖かくなり外に出る機会が増えますね。
交通安全について一緒に考えましょ
う！どなたでも参加できます。

健康相談・血圧測定あります

今年も出張ふれあい健康教室で
各町会公民館へおじゃまします。

西荒町・美里町 町会

日時 5月21日(月)午後2時～

場所 西荒町公民館

藤井・湯の原 町会

日時 5月25日(金)午後2時～

場所 藤井公民館

お手伝いは

- *健康づくりさん 北小松町会
- *町会ひろば委員さん 下金井・上金井町会

喫茶 憩いの森 開店です

5月16日(水)

10時～3時

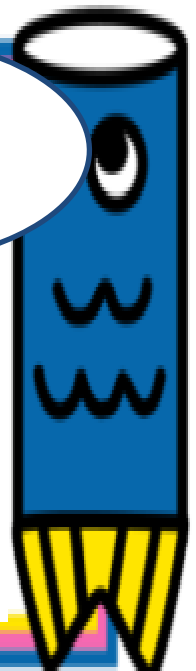
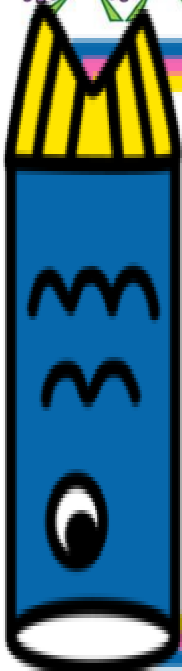
ひろば娯楽室

メニュー

- ☆ 三色丼 300円
- ☆ よもぎ団子 100円
- ☆ パイナップルゼリー 100円

お待ちしております

ワンコイン(500円)で
おなかいっぱい！！
飲み物無料！



5月の行事予定

日	曜日	午前	時間	午後	時間
1	火			マージャン・囲碁クラブ	1:00~
2	水				
3	木	憲法記念日			
4	金	みどりの日	ひろばはお休みです		
7	月	絵手紙	10:00~	民謡を踊る会	1:30~
		配食ボランティア会議	10:00~		
8	火	いきいき健康ひろば	9:00~	マージャン・囲碁クラブ	1:00~
9	水	スポーツ吹き矢	10:00~	ふれあい健康教室	2:00~
10	木	折り紙	9:30~	カラオケクラブ	1:00~
				スポーツボイスサークル	3:30~
11	金	さと健②	9:30~	女性のマージャン	1:30~
14	月	手編みの会	9:30~	のびのび体操	1:30~
15	火	墨の会	9:30~	マージャン・囲碁クラブ	1:00~
16	水	喫茶 「憩いの森」	10時~3時		
17	木	てまり	9:30~	歌って動こう会	1:00~
18	金	スクエアダンス	10:00~	ハーモニカサークル	1:30~
21	月	健康相談	9:30~	出張ふれ健(西荒町)	2:00~
22	火	花みずきの会	10:00~	マージャン・囲碁クラブ	1:00~
23	水	スポーツ吹き矢	10:00~	のびのび体操	1:30~
24	木	楽しく歩こう講座②	9:30~	カラオケクラブ	1:00~
				スポーツボイスサークル	3:30~
25	金	墨の会	9:30~	女性のマージャン	1:30~
				出張ふれ健(藤井)	2:00~
28	月	手編みの会	9:30~		
29	火			マージャン・囲碁クラブ	1:00~
30	水				
31	木				



6月前半の予定

1	金	スクエアダンス	10:00~	ハーモニカサークル	1:30~
4	月	絵手紙	10:00~	民謡を踊る会	1:30~
5	火	いきいき健康ひろば	9:00~	マージャン・囲碁クラブ	1:00~
6	水	サークル代表者会議	10:00~	ゲーム講習会	1:30~
7	木			カラオケクラブ	1:00~
8	金	さと健③	9:30~	女性のマージャン	1:30~
11	月	手編みの会	9:30~	のびのび体操	1:30~
12	火	墨の会	9:30~	マージャン・囲碁クラブ	1:00~
13	水	スポーツ吹き矢	10:00~	ふれあい健康教室	2:00~

さと健 ② ③

さわやかな季節です！体づくりサポーターさんと一緒に楽しく体を動かしましょう。どなたでも参加できます。

日時 ②5月11日(金)

③6月8日(金)

9時30分~11時頃

場所 里山辺体育館

持ち物 飲み物・タオル・上履き・運動のできる支度でおいでください。

申し込み

福祉ひろば ☎ 39-1168

里山辺公民館 ☎ 32-1077

楽しく歩こう講座 ②

5月は美ヶ原温泉源泉と、藤井さん宅のカルガモ(予定)を訪ねます。無理なく楽しく歩きましょう。

日時 5月24日(木)

9時30分福祉ひろば出発、

12時頃帰着予定

講師 花岡 豪 氏

(前里山辺公民館長)

持ち物 飲み物(食べ物)・

タオル・雨天の場合

は上履き

運動のできる支度でおいで下さい。

(雨天の場合は里山辺体育館で歩きます。)

申し込み

福祉ひろば ☎ 39-1168

里山辺公民館 ☎ 32-1077

4月からの

地区担当職員の紹介

福祉計画課

極山 智恵美

健康づくり課

山崎 美奈津

(保健師)

東部包括支援センター

勝山 英敏

よろしくお願ひいたします。