

みんなの福祉ひろば みんなの福祉ひろば みんなの福祉ひろば みんなの福祉ひろば

第276号

回
覧

福祉ひろばだより

本郷地区
福祉ひろば

☎ 46-1168
5 月号

みんなの福祉ひろば みんなの福祉ひろば みんなの福祉ひろば みんなの福祉ひろば

ふれあい健康教室

5月16日(水) 9:30~

歌、ストレッチ体操、茶話会、ワンポイント
パンの販売があります

「なるほど福祉講座」

講師一サービス付高齢者向け住宅「結」の
施設管理者 井上真琴さんです

誰もが不安な老後の住まい。どんな種類があって
どうすれば入れるのか、お金はどのくらいかかるのか？
在宅以外の「住まい」には どのような選択肢があるかを
学び、今から心の準備をしませんか？

今月の当番は 水汲町会の皆さんです
町会長、民生委員、健康づくり推進委員の方
9時集合でよろしくお願ひします。
※送迎を希望される方は2日前までに
46-1168へご連絡ください

ひろば喫茶

5月23日(水)

10:00~11:30

100円です

今月は 絵てがみと七彩の会による

チジミ、漬物、果物です

お誘い合わせてお出かけください。

春のウォーキング

参加者募集

北尾根高原へ行きましょう ♪

北アルプス白馬三山の壮大な景色が一望 !!
日時:5月30日(水)

8:45集合 9:00出発

帰りは4:00 ひろばに到着予定

バスが迎えにきます

参加費:3,000円 当日集金します。

(昼食代、リフト代、入浴代を含む)

※ 到着後、説明付きで20分位のウォーキングを
行いますので、歩きやすい服装、靴でご参加ください

申込み:5月15日(火)~23日(水)の間に
ひろば 46-1168まで。

定員25名で締め切らせていただきます。

持ち物: タオル、杖(必要な方のみ)、帽子等

スポレク大会 6月2日(土)

9:00 受付 9:20 開始

12:00 終了予定

場所 : 本郷福祉ひろば

内容 ○ みんなで踊ろう マンボ !!

講師:中村勝利先生

○ 楽しい健康体操

講師:百瀬みどり先生

健康運動指導士

○ 昼食会 (おにぎり汁物ができます)

参加費 100円 当日 受付で集金します

※ 準備の都合上、5月28日(月)までに
本郷福祉ひろば 46-1168へ 申込みをお願いします。

どなたでも参加できますので、地域の皆様
お誘い合わせて大勢の皆さんご参加ください

福祉ひろば事業推進協議会の総会が

5月11日(金)9時30分より

本郷公民館2階の大会議室において開催されます
委員の皆様のご出席をよろしく

お願いします



5月の行事予定

日	曜日	午前		午後	
1	火	10:00	ベルの会	1:30	ハーネスの会
2	水	10:00	のんびりサロン	1:30	いきいき健康ひろば
3	木		憲法記念日		
4	金		みどりの日		
5	土		こどもの日		
6	日				
7	月	10:00	たつみ会(習字教室)	1:30	社交ダンス
8	火	10:00	編物教室	1:30	運動教室(太極拳)
9	水	10:00	のんびりサロン	1:00	マージャン
10	木	10:00	絵てがみ	1:30	七彩の会(七宝焼き)
11	金	9:30	推進協議会総会及び 運営委員会	12:30	碁遊会(囲碁)
12	土				
13	日				
14	月	9:30	健康相談日		
15	火	10:00	健康リンパケア		
16	水	9:30	ふれあい健康教室		
17	木	10:00	りんどうの会(カラオケ)	1:30	ゆめクラフト(手芸)
18	金	9:30	スポレク大会実行委員会	12:30	碁遊会(囲碁)
19	土				
20	日				
21	月	10:00	たつみ会(習字教室)	1:30	ベルの会
22	火	10:00	編物教室	1:30	運動教室(太極拳)
23	水	10:00	ひろば喫茶	1:00	マージャン
24	木	10:00	おしゃべりサロン(ひろば開放日)		
25	金	10:00	布美の会(バッチワーク)	12:30	碁遊会(囲碁)
26	土				
27	日				
28	月	10:00	たですみれ(短歌)	1:30	社交ダンス
29	火				
30	水	8:45	北尾根高原ウォーキング		
31	木				

6月前半の予定

1	金			12:30	碁遊会(囲碁)
2	土	9:00	スポレク大会		
3	日				
4	月	10:00	たつみ会(習字教室)	1:30	社交ダンス
5	火	10:00	ベルの会	1:30	ハーネスの会
6	水	10:00	のんびりサロン	1:30	いきいき健康ひろば