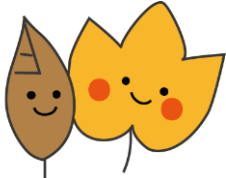


# 回 覧

令和3年



# 9月庄内地区 福祉ひろばだより

松本市広報 R3-1

庄内地区福祉ひろば  
事業推進協議会

TEL 27-8373



## \*9月<ひろばの集い>

### ★賢い患者になるために・・・★

《上手に医療機関にかかりましょう～!》

日 時：9月15日（水曜日）

午後1時30分～3時

講 師：松本市医療安全支援センター  
嶋田 廣子さん

定 員：30名

ひろばへお申し込みください。

医療機関で納得して  
治療を受ける為に必要な  
知識やテクニックを  
学びましょう!



## 10月のふれあい健康教室

輪ゴムを  
使って

### 簡単ストレッチ

日 時：10月6日（水曜日）

午前9時30分～11時30分

講 師：荒井 真理先生

定 員：30名

※ひろばへお申し込みください。

## 9月のふれあい健康教室

### エルダーやるだー!

日 時：9月1日（水曜日）

午前9時30分～11時30分

定 員：30名

## ものづくり講座

### さっとかぶり作り

\*手ぬぐい1枚で作ります。

その名の通りさっとかぶれてとっても便利♡

日 時：9月27日（月曜日）

午前9時30分～午前11時30分

講 師：もみじの会

参加費：300円

持ち物：縫い針・水分

定 員：10名



見本がひろばにあります。

## 三館&ひろばサークル

### 一斉清掃のお知らせ

日 時：9月29日（水曜日）

午前9時より

関係各所及びひろば利用サークルの  
ご協力をお願い致します。

サークルにつきましては最低1名  
の参加をお願い致します。

草かき、軍手、帽子は各自でご持参く  
ださい。



# 9月 庄内地区福祉ひろば 行事予定カレンダー

またひろばに明るい声が響きはじめました！

月	火	水	木	金
6 卓球 9:30~11:30 10:30~12:00 やんちゃくらぶ 13:30~15:30 民踊・新舞踊(さくら会)	7 9:30~10:30 高齢者体操 (スウェーデンに学ぶ) 13:30~15:30 茶道(松籟の会)	1 9:30~11:30 ★ふれあい健康教室 13:30~16:00 カラオケ	2 9:30~11:30 エルダーを使って脳や身体をリフレッシュ 13:30~15:30 ゆう花の会	3 卓球 9:30~11:30 9:30~11:30 昭和趣味の会 13:30~15:30 書道(毛筆を楽しもう)
13 卓球 9:30~11:30 10:30~12:00 やんちゃくらぶ 8月の振替です。	14 9:30~10:30 高齢者体操 (スウェーデンに学ぶ) 13:30~15:30 いきいき健康ひろば	8 卓球 9:30~11:30 10:00~11:30 ストレッチ体操 14:00~ JTRC会議	9 9:30~11:30 大正琴 13:30~15:30 さわやか健康クラブ	10 卓球 9:30~11:30 9:30~10:30 童謡・唱歌の会
20 敬老の日 お休み	21 9:30~10:30 高齢者体操 (スウェーデンに学ぶ) 13:30~15:30 茶道(松籟の会)	15 卓球 9:30~11:30 治療は納得した上で受けてください。 13:30~15:00 ★ひろばの集い	16 13:30~15:30 ゆう花の会	17 卓球 9:30~11:30 9:30~11:30 昭和趣味の会 13:30~15:30 書道(毛筆を楽しもう)
27 卓球 9:30~11:30 9:30~11:30 ★ものづくり講座 『さっとカブリーナ』ひろばに見本があります。	28 9:30~10:30 高齢者体操 (スウェーデンに学ぶ) 10:00~12:00 簡単料理教室 13:30~15:00 ★ひざ痛予防運動	22 卓球 9:30~11:30 10:00~11:30 ウェーブストレッチ 13:30~16:00 カラオケ	23 秋分の日 お休み	24 卓球 9:30~11:30 9:30~10:30 童謡・唱歌の会
10月の行事予定	10/1 卓球 9:30~11:30 9:30~11:30 昭和趣味の会 13:30~15:30 書道(毛筆を楽しもう)	29 9:00~11:00 ひろば一斉清掃	30 9:00~11:00 歩こう会	

**お知らせ**  
掲載されている事業・サークルは状況により中止・延期になる場合があります。お問い合わせはひろばまで。  
☎ 27-8373

いきいき健康ひろばは会員制です。簡単料理教室、★印のついた事業は事前にお申し込みが必要となります。

例年9月に実施していましたが『ひろばまつり』は11月に変更になりました。詳しくは10月ひろばだよりをご覧ください。

この行事予定カレンダーは福祉ひろばのホームページでご覧になり、プリントアウトもできます。(以下URL)  
<http://www.fukushihiroba.com/s>  
【庄内玉手箱】  
QRコード

4 卓球 9:30~11:30 10:30~12:00 やんちゃくらぶ 13:30~15:30 民踊・新舞踊	5 9:30~10:30 高齢者体操 13:30~15:30 茶道(松籟の会)	6 9:30~11:30 ★ふれあい健康教室 13:30~16:00 カラオケ	7 簡単ストレッチでリラックス!! 13:30~15:30 ゆう花の会	8 卓球 9:30~11:30 9:30~11:30 昭和趣味の会 13:30~15:30 書道(毛筆を楽しもう)
--	--	--	--	---