

芳川ひろばだより 5月号



ひ 芳川地区福祉ひろば ☎57-0168

み 芳川地区みなみ福祉ひろば ☎86-1055

ふれあい健康教室

申込不要！お気軽にご参加ください

ひ 5月28日(水) 9:30~
「今さら聞けないおしっこの話」
健康づくりサポーターさん企画

み 5月12日(月) 13:30~
「津軽三味線を楽しもう！」
津軽三味線奏者 上條正明先生
大胆さと繊細さの両極端な響きを体感しませんか？

ぴんころ健康ひろば

5月 8日(木) 10:00~
講師:土屋 秀子先生「腰痛・ひざ痛予防」

おとなの空手

5月22日(木) 10:00~
初心者大歓迎！体操、ストレッチをメインに
基本の組手も行います。運動不足解消にも！
講師:野村 宗宏(七段)
持ち物:運動できる服装、水分 ※要申込み

み ぴんころひろば
5月22日(木) 13:30~

NEW 講師:皇甫 敬寿先生
ほぐし&ストレッチ！

自分の身体と向き合ってみませんか？

※要申込 持ち物:水分、タオル 次回は6/26

み 新聞バッグ作り **NEW**
5月23日(金) 10:00~

野菜を入れたり、ちょっとした贈り物に大活躍の新聞バッグ。
何枚作ってもOK！たくさん作って活用しましょう◎

※要申込 定員10名 参加費30円

ハンドメイドたいむ

5月 9日(金) 13:30~16:30

ひろばのミシンとアイロンを自由に使えます！
※毎月1回、開放日にしますのご利用ください
※裁縫道具や布などはご持参ください

**子育て
応援** ぽかぽかくらぶ
5月21日(水) 10:00~

0歳児
対象

「タッチケアと愛着形成講座」

※要申込み ※ママが動ける服装 ※午後は
保健師が在りますので、育児相談もできます

み あんさんぶる
おはなしコンサート♪
5月29日(木) 10:00~

「なんごう劇場」さんと「Violin&Piano」の
牛山先生と渡辺先生の演奏です

※要申込 定員30名

み 写真ひろば **NEW**
5月30日(金) 10:00~11:00

保存しているとおきの写真を披露してください。

写真についての裏話、雑談を楽しみましょう♪

* おもしろい&ステキな写真、おすすめ写真を募集中 *

み おしゃれなフォトフレーム作り **NEW**
5月 6日(金) 10:00~

子育て
応援

お子さんのかわいい瞬間や
思い出の写真をアレンジして
おしゃれなフォトフレームを
作ります♡ひろばに見本があります♡

※要申込 定員10名

参加費 100円

持ち物 写真Lサイズ4~5枚



サークル活動紹介

★手芸・虹の会★ 手芸の好きな人たちが集
まって思い思いの作品を作っています。

★ハンドベルの会★ ハンドベルの音色に癒
されませんか♪音符が読めなくてもOK!

★芳川囲碁クラブ★ 初心者から有段者まで、
どなたでもどうぞ！

★男性の料理教室★ 男子厨房に入るべし！

★マージャン開放日★ 初心者の方のご参加
もお待ちしております！見学だけでも大歓迎!!
お問合せはひろばまで☆

5月の行事予定

日	曜	芳川福祉ひろば TEL&Fax 57-0168		みなみ福祉ひろば TEL 86-1055		公民館 TEL 58-2034 Fax 85-1057
1	木	太極拳	エルダーたいむ	おり紙たいむ	こいのぼりを 作ります！	
2	金	子ども服リユース会				
3	土					
4	日					
5	月					
6	火					
7	水			みなみカフェ(10:00～)		
8	木	ぴんころ	エルダーたいむ			全館清掃、いきいき脳活サロン、日本語学級
9	金	ひよっこ体操	ハンドメイドたいむ			
10	土					
11	日					ニューススポーツ体験教室・モルック交流会
12	月	手芸・虹の会	囲碁・マージャン	13:30～ふれ健「津軽三味線を楽しもう！」		いきいき百歳体操
13	火	おとなのぬり絵	ハンドベル	いきひゃくエルダー	エルダーたいむ	
14	水	シネマ(ひろばにお問い合わせください)		楽しいハワイアンフラ		健康体操ほかとれ※
15	木		エルダーたいむ		ゆったりほっこりヨーガ	日本語学級
16	金	男厨会		手しごと会(9:30～)		
17	土					芳川スポーツナイト
18	日					
19	月	手芸・虹の会	囲碁・マージャン	読書会(10:00～)		いきいき百歳体操
20	火	いきいき	ハンドベル	いきひゃくエルダー	エルダーたいむ	
21	水	ぽかぽかくらぶ	ぽかぽか開放日		ぬり絵たいむ	
22	木	おとなの空手	エルダーたいむ	NEW	ぴんころひろば	芳川シニア短期大学※、日本語学級
23	金	ベビーマッサージ	ぽかぽか開放日	手芸：新聞バッグ作り		
24	土					
25	日					ビーチボールバレー・ピククルボール交流会
26	月		囲碁	シネマ(ひろばにお問い合わせください)		プレイスクールぽかぽか※、いきいき百歳体操
27	火			いきひゃくエルダー	エルダーたいむ	
28	水	ふれ健「今さら聞けないおしっこの話」		手形足型DAY!	子育て 応援	
29	木		エルダーたいむ	あんさんぶるコンサート		日本語学級
30	金	ぽかぽか開放日		写真ひろば(10:00～)	NEW	
31	土					

※の詳細は、表の公民館ニュースをご覧ください

6月前半の行事予定

1	日					
2	月	手芸・虹の会	囲碁・マージャン			いきいき百歳体操
3	火	おとなのぬり絵		いきひゃくエルダー	エルダーたいむ	
4	水		体力づくりサポーター			
5	木	太極拳	エルダーたいむ	読書会(10:00～)		全館清掃、日本語学級
6	金	ぽかぽか開放日		フォトフレーム作り	子育て 応援	
7	土			NEW		芳川スポーツナイト