



4月12日に総会が終わり、令和7年度の役員さんが決まりました。
令和7年度の福祉ひろば事業推進協議会会長は、飯ヶ濱優二さん（原・厩所町会長）
です。よろしくお願いいたします。

～ふれあい健康教室～



5月7日(水)9時30分～

今月のふれ健は
「**高齢者交通安全教室**」です。



これから県外車など増える時期です。しっかり学んで交通事故にあわないように気を付けましょう。

「山菜を楽しむ日」開催のお知らせ

～入山辺の豊かな自然を感じましょう～

日時：5月23日(金) 午前8時30分集合
内容：三城方面を散策し、山菜を採取します。
持ち物：入れ物(袋)、雨具(天候による)、タオル
服装：長袖・長ズボン、歩きやすく濡れにくい靴
定員：15名
※お茶、おやつはひろばで用意します。
※雨天時はひろばでニュースポーツを行います。
※準備の都合がありますので参加希望の方はひろばまでお申し込みください。
※状況により変更または中止になる場合があります。ご了承ください。

ウォーキング講座日程表

日 時	集合時間	集合場所
12日(月)	午前9時30分	福祉ひろば
19日(月)	午前9時30分	入山辺公民館
26日(月)	午前8時30分	福祉ひろば

※26日(月)のウォーキングは入山辺線のバスを利用し、お城周辺を歩きます。
≪福祉ひろば前≫8時48分発、13時22分着の予定です。時間厳守でお願いします。
参加希望の方はひろばまでお申し込みください。(先着8名です。)

※雨天中止です。開催についてのお問合せはひろばまでお願いします。

折り紙講座開催のお知らせ

日時：5月28日(水) 13時30分～
内容：「藤の花」
※参加申し込みが必要です。
楽しくおしゃべりをしながら折り紙を折ることで脳トレにもなるそうです。



4月の活動報告「ウォーキング講座」より



今が満開「パノラマラインの花桃」

※送迎ボランティアを希望される方は、お近くの民生委員さん、または福祉ひろばまでご連絡ください。

5月の予定

日	曜日	午前	午後
1	木	ヨガ 10:00	健康麻雀 13:00
2	金	太極拳 9:30	
7	水	◎ふれ健 9:30	編み物 13:30
8	木	筆文字 9:30	カラオケ 13:30
9	金		◎セラバンド 13:30
12	月	卓球/ウォーキング 9:30	ヨガさくら会 13:30
13	火	民踊 9:30	囲碁 13:00
14	水	ミニキッズ 10:00	◎エルダー
15	木	おやつボラ 9:30	◎おしゃべりサロン 13:30
16	金	太極拳 9:30	
19	月	卓球/ウォーキング 9:30	健康麻雀 13:00
20	火	ヨガ 10:00	囲碁 13:00
21	水	童謡唱歌 9:30	バランスボール 13:30
22	木	筆文字 9:30	山菜準備
23	金	◎山菜を楽しむ日	
26	月	卓球/ウォーキング 9:30	
27	火	◎銭太鼓 9:30	囲碁 13:00
28	水	ミニキッズ 10:00	◎折り紙講座 13:30
29	木		カラオケ 13:30
30	金	◎生き生き元気塾 9:30	

ひろば事業の紹介

ふれあい健康教室

7日(水) 9時30分～

今回のふれ健は「高齢者交通安全教室」を行います。保健師による健康相談があります。

セラバンド

9日(金) 13時30分～

ゴムバンドを使い、筋力保持の体操をします。楽しみながら無理なく筋力アップができます。

エルダーで健康体操

14日(水) 13時30分～

15時00分～

エルダーシステムを使って健康体操をします。

おしゃべりサロン

15日(木) 13時30分～

ダンベル体操と頭の体操、歌遊びなど楽しい時間を過ごします。

銭太鼓

27日(火) 9時30分～

音楽に合わせて銭太鼓を練習します。

生き生き元気塾

30日(金) 9時30分～

赤羽義徳先生の健康体操です。

持ち物：タオル



各サークルからお知らせ

～参加希望の方はひろばまでご連絡ください～

～子育てサークル ミニキッズ より～

《未就園児と保護者の方のサークルです》

14日(水) 午前10時～「こいのぼりづくり」

28日(水) 午前10時～「救命救急講座」

～おやつボランティアより～

おしゃべりサロンのお菓子「柏餅」を作ります。

先着8名です。

～健康麻雀サークルより～

先着16名です。お早めにお申し込みください。



ひろば事業に参加希望の方はひろばまでお申し込みください。



6月の予定

日	曜日	6月の予定	
		午前	午後
2	月	卓球/ウォーキング	
3	火	ヨガ	囲碁
4	水	◎ふれ健	
5	木		
6	金	太極拳	健康麻雀
9	月	卓球/ウォーキング	ヨガさくら会
10	火	民踊	囲碁
11	水	ミニキッズ	◎エルダー
12	木	筆文字	カラオケ
13	金	編み物	◎セラバンド
16	月	卓球/ウォーキング	