

ひろばだより 363

令和7年6月1日発行
田川地区福祉ひろば事業推進協議会
田川地区福祉ひろば
TEL/FAX 28-1168



田んぼからカエルの声が聞こえる季節になりました。お米がたくさん実りますように。さて、紫外線も強くなってきました。肌や頭皮だけでなく、サングラスや目薬で目も守りましょう！

ふれあい健康教室 6月5日(木)10:00~

「お薬なんでも講座」

講師：巾上ひまわり薬局
次回は、7月3日(木)です。



お手伝いは、民生児童委員さん、レクリエーションは、ボランティア部さんです。

ヘルシーテラス

市民歩こう運動

「松本市立博物館へGO!」

6月6日(金) 9:30 集合

特別展「信州の工芸—作り手たちの原点—」を鑑賞します。常設展含め自由観覧です。

※持ち物：観覧料大人 1,000 円・飲み物
詳細は福祉ひろばまでお問合せください。

「腸活セミナー」

7月4日(金) 10:00~

森永乳業(株)の腸活セミナーです。腸活って何だろう？暑い夏を元気に乗り切れるよう、ぜひご参加ください。

ひろば喫茶

ボランティア部

6月27日(金)10:00~11:30

「歌声喫茶」

なつかしい曲、思い出の曲、元気になった曲・・・みんなで歌いましょう♪

リクエスト大募集！

コーヒーor紅茶+お菓子で¥100

田川いきいきサロン

6月24日(火)10:00~ 田川公民館

「サニー サイド アップ」

~ミニコンサート~



たがわチャイルドひろば

6月19日(木)10:00~

「ママヨガ」

栗田純子先生のママヨガです。体を動かしてリフレッシュしましょう。★申込不要！

★持ち物 ・水分・タオル

・おやつ代(1家族¥100)

社協田川支会 ふれあい配食会

6月18日(水)

対象者には、民生児童委員さんよりお知らせがあります。

*健康づくり課保健師による相談日のお知らせ！ 6月5日(木)午前、19日(木)午前です。

6月



ひろば活動紹介:<絵てがみの日>毎月第2金曜日、10:00 スタートです。今年度から始まりました。「ハタでいい、ハタがいい」をモットーに、描きたいものをよく見てじっくり取り組んでいます。見学・体験にお越しく下さい。

日	曜	ひろばの行事 ◆印とサークル活動は参加自由です	サークル活動		その他の行事・会議等
			10:00	13:00	
6/2	月	◆らく～な体操10:00～		ふるさとの会	
3	火	民生児童委員定例会			0840ラジオ体操
4	水	渚本郷出前ふれ健 10:00～	健康体操	創作手まり教室	
5	木	◆ふれあい健康教室 10:00～ ◆健康づくり課保健師相談日			0840ラジオ体操
6	金	◆ヘルシーテラス 9:30 集合			
9	月	◆スポーツボイス 10:00～ ◆クラフトの日13:30～			
10	火	渚宮本出前ふれ健 10:00～			0840ラジオ体操
11	水	渚上出前ふれ健 10:00～	健康体操	雀の会	
12	木	地区生活支援員在所日	趣味の会		0840ラジオ体操
13	金	◆絵てがみの日 10:00～	歩こう会		
16	月	◆らく～な体操10:00～		ふるさとの会	
17	火	巾上中町会サロン14:00～			0840ラジオ体操
18	水	ふれあい配食会(社協)11:00～ ◆紙の日13:30～	健康体操		
19	木	◆たがわチャイルド 10:00～ ◆健康づくり課保健師相談日			0840ラジオ体操
20	金	◆リエンの会 13:30～	歩こう会		
23	月	◆らく～な体操10:00～ ◆クラフトの日13:30～			
24	火	◆田川いきいきサロン 10:00～ 体サポ地区集会 13:30～			0840ラジオ体操
25	水	渚保育園交流会(七夕人形)		雀の会	
26	木	地区生活支援員在所日	趣味の会		0840ラジオ体操
27	金	◆ひろば喫茶 10:00～ いきいき健康ひろば			
30	月	◆らく～な体操10:00～		ふるさとの会	
7/1	火	民生児童委員定例会			0840ラジオ体操
2	水	田川小2年生交流会(七夕まんじゅう)	健康体操	創作手まり教室	
3	木	◆ふれあい健康教室 10:00～ ◆健康づくり課保健師相談日			0840ラジオ体操
4	金	◆ヘルシーテラス 10:00			



バス研修「八千穂高原自然園」(予定)
7月15日(火) 定員30名(先着順)
申し込み期間 6月30日(月)～7月10日(木)
詳細は、福祉ひろばまでお問合せください。



たがわチャイルドひろば

☆ 6月の予定は . . .

6月19日（木）
午前10時から
「ママヨガ」



栗田純子先生のママヨガです。
動きやすい服装でお越し下さい。

時間厳守
です！



- ★ 申込不要
- ★ 持ち物 水分・タオル
- ★ おやつ代100円（1家族）

今日のおやつレシピ「長いもまんじゅう」(14個分)

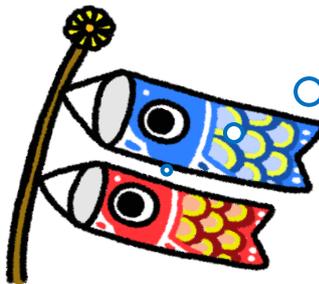
<材料>

☆長いも 150g ☆きな粉(青ばた) 100g ☆砂糖 50g
☆塩 1つまみ ☆あんこ 200~300g

<作り方>

- ① 長いもはすりおろす。
- ② ①にきな粉・砂糖・塩を加える。
- ③ 練って生地をまとめる。
- ④ 14等分してあんこを包む。

おうちで
作ってみて



駐車場が少ないので乗り合わせてきてね。
田川地区福祉ひろば TEL28-1168