

ひろばだより



2025年	回覧
6月号	令和7年6月1日
	広報R7-4
	Tel.39-1168

発行 里山辺地区福祉ひろば事業推進協議会

新緑が美しい季節となりました。植物の成長が楽しみです。
 今月はお出かけのご案内があります。申し込みが必要な事業もありますので、お忘れなくご連絡ください。
 梅雨のじめじめも吹き飛ばし、元気に過ごしましょう！

6月のふれあい健康教室

『大人のお話しとあそびの会』

詩を声に出して音読したり、童謡にあわせて体を動かしたりします。季節の話題も楽しみましょう。

講師 豊嶋 さおりさん

日時 6月11日(水) 午後1時30分～午後3時30分頃

場所 福祉ひろば

お茶会でのおしゃべりも楽しみましょう。



保健師による健康相談やワンポイントアドバイスもあります。

◆◆お当番◆◆ 西小松町会・荒町町会

お当番さんは午後12時45分集合です。

町会ふれあい健康教室

場所 各町会公民館

時間 午前10時より

6月9日(月) 林・南小松町会

6月25日(水) 小松町町会

7月4日(金) 西荒町町会

町会の方であればどなたでも参加OK

簡単なストレッチや脳トレ、ゲームなどで盛り上がりましょう！ゲームはチームに分かれて得点を競います。詳しくは回覧やチラシをご覧ください。ご参加お待ちしております。

※役員さんは9:30から打ち合わせを行います。

子育て支援事業

にこにこキッズ『離乳食講座』



管理栄養士さんから離乳食について学びます。民生児童委員協議会の方もお手伝いに来てくれますよ。保健師への相談もお気軽にどうぞ。

※生後3ヵ月～1歳までのお子さんが対象です

日時 6月18日(水) 午前10:00～11:30頃

持ち物 お子さんのお世話に必要な物

定員 10組

☆事前に申し込みが必要です。

週一ウォーク終了のお知らせ

コロナウィルス感染症対応事業として開始した、公民館・福祉ひろば共催事業『週一ウォーク』は、令和7年5月20日をもって終了させていただきました。

長きにわたりご参加いただき、誠に有難うございました。

また、福祉ひろばでは、9月よりショートコースに代わる新たな事業を検討中です。近日中にお知らせいたしますのでしばらくお待ちください。

バスハイク



白馬五竜高山植物園

初夏の白馬で高山植物園を散策します。青いケシが見られるかも！定員になり次第締め切らせていただきます。

日時 6月27日(金) 午前8時出発

参加費 3,000円(3,400円のうち400円はひろばで補助)

持ち物 雨具(雨天決行) 鞆は背負える物がオススメです。

定員 先着20名(参加の方は行程表を取りに来てください)

※足腰に自信のない方は参加をお控えください。

★申し込みについて★

5月15日(木) 午前9時より

順次受け付けています

詳しくは福祉ひろばまでお問

い合わせ下さい

里山辺地区福祉ひろば行事予定カレンダー
6月の予定 ※裏面は24時間表記です。

日	曜日	午前	午後
2	月	絵手紙 9:30(中止)	
3	火	いきいき健康ひろば 9:30	マーじゃん・囲碁 13:00
4	水	健康相談フォロー日 9:30	ヨガサークル 14:00
5	木	健康相談 9:30	楽しく歌う会 13:00 スポーツボイス 15:30
6	金	スクエアダンス 10:00	ハーモニカ 13:30
9	月	町会ふれ健(林・南小松町会) 手編みの会 9:30	絵手紙13:30
10	火	墨の会 9:30	マーじゃん・囲碁 13:00
11	水	スポーツ吹き矢 10:00	ふれあい健康教室 13:30
12	木	折り紙 9:30	楽しく歌う会 13:00 スポーツボイス 15:30
13	金	さと健(体育館) 9:30	女性のマーじゃん 13:30
16	月		
17	火	墨の会 9:30	マーじゃん・囲碁 13:00
18	水	にこにこキッズ 10:00	
19	木	てまり 9:30	歌って動こう会(中止)
20	金	スクエアダンス 10:00	ハーモニカ 13:30
23	月	手編みの会 9:30	
24	火		マーじゃん・囲碁 13:00
25	水	町会ふれ健(小松町) スポーツ吹き矢10:00	
26	木	ゆったり健康体操 9:30	楽しく歌う会 13:00 スポーツボイス 15:30
27	金	白馬五竜パスハイク 民謡をたずねて9:30	女性のマーじゃん 13:30
30	月		

7月前半の予定			7月の役員会	
1	火	いきいき健康ひろば	8日(火)	
2	水	健康相談フォロー	夏まつり実行委員会	
3	木	健康相談	11日(金)	
4	金	町会ふれ健(西荒町)	町会ひろば委員会	
7	月	男の健康講座		

定期事業

さと健(毎月第2金曜日)

小林美穂先生の健康講座。ストレッチから始まってどんな体操になるかな。とにかく楽しい。みんなで体を動かしてスッキリしましょう。

日時 6月13日(金)
9:30~10:30頃

場所 体育館

持ち物 運動靴(上靴)・飲み物・タオル



ゆったり健康体操(毎月第4木曜日)

体力づくりサポーターさんにご指導いただき気功や太極拳を行います。呼吸も整い気分もスッキリ。どなたでもどうぞ。

日時 6月26日(木)
9:30~11:00頃

場所 ひろば娯楽室

持ち物 飲み物・タオル



さと健の様子(体育館)

夏まつり

今年もやります。夏まつり。参加団体一同、皆様のご来場をお待ちしています。楽しいゲーム、お得な食品、今年はどんな夏まつりでしょう。

日時 7月25日(金)

詳しくは来月号のひろばだよりをご覧ください。

