

NO.337

福祉ひろばだより

R7. 6. 1

和田地区福祉ひろば

和田地区福祉ひろば事業推進協議会

☎40-4168

<https://www.city.matsumoto.nagano.jp/site/chiku-info/1510.html>

6月の予定

あつ〜い夏が近づいています
水分補給など暑さ対策を忘れないようにしましょう

日 曜	ひろばの行事・会議など	サークル活動		日 曜
		午前<9:30~>	午後<1:30~>	
2 月	<ペタンク>ひろば 1:30~ 民協定例会10時~	書道教室		2 月
4 水		手まりの会	いなほの会	4 水
5 木	エルダーで健康体操 9:30~		ひろばコール・ワダ	5 木
6 金	わだ・ウォーキングの日 10:00~		健康マーじゃん	6 金
9 月	☆おりがみ 9:30~ ☆映画を楽しむ日「ALWAYS三丁目の夕日」1:30~			9 月
10 火	将棋の会 9:30~		やすらぎの会	10 火
11 水	和田町出前ふれあい健康教室 和田町公民館 9:30~ ☆めだかの会交流会 「人形劇やまんば」10:30~		詩吟を楽しむ会	11 水
12 木	☆「ウェブストレッチ」健康塾 10:00~ ☆歌声ひろば 1:30~ (誰でもどうぞ)		(うぐいすの会)	12 木
13 金	☆いきいき百歳体操体験会 9:30~ ☆おしゃべりサロン 1:30~開店 会費100円			13 金
16 月	お楽しみゲーム会 1:30~	書道教室		16 月
17 火	☆ふれあい健康教室 9:30~ (スタッフ境) ~~フレイル健診~~ ☆いきいき健康ひろば 1:30~ データ転送			17 火
18 水		手まりの会	いなほの会	18 水
19 木	卓球を楽しむ会 9:30~		ひろばコール・ワダ	19 木
20 金	運動し隊・わだ(体サポ登録者) 9:30~		健康マーじゃん	20 金
23 月	☆子育てのびのびひろば 9時~12時 ☆切り絵 1:30~			23 月
24 火	大人のぬり絵 9:30~		やすらぎの会	24 火
25 水			詩吟を楽しむ会	25 水
26 木	☆卓球を楽しむ会 9:30~ ☆山田先生の生き生き体操 1:30~		(うぐいすの会)	26 木
27 金	☆いきいき百歳体操 9:30~ ☆ニコニコピアニカ 1:30~		(思いやりカフェ)	27 金

～5月のふれあい健康教室から～



＜昭和100年・映像で蘇る私たちの街松本＞

松本城をバックに遊園地の飛行機。「乗ったね～」旧和田小学校。「今は保育園じゃん！」片倉の後は今は若者に人気のイオンモール。里の秋、青い山脈の曲が雰囲気盛り上げ、会場はあの頃に戻った気分。「松本っていいところだね！」

「珈琲ひまわり」の淹れたてコーヒーを飲みながら、ゆったりした時間が流れました。

松本、昭和の良さを少しでも若者に伝えられるといいですね。

☀️ 6月のふれあいはくフレイル健診＜ 昨年同様に体力など測定します。

元気で過ごすための、フレイル健診です。（昨年の結果と今年の結果を比べてみましょう）

フレイルは早めの気づきと予防が大切。体力サポーターさんたちが協力します

- ・5m歩行・・・5mを普通に歩き、かかった時間を測定
- ・パタカ測定・・・「パパパ…」「タタタ…」「カカカ…」何回言えるかな？
- ・握力測定・・・力いっぱい握力計を握ります

（単に握る力を見るだけでなく、全身の筋力を見ます）

自分の体力を知る良い機会です。是非参加しましょう！



● 映画を楽しむ日 9日(月) 1:30～ 時間厳守で上映 ●

≪ ALWAYS 三丁目の夕日 ≫ 出演 吉岡秀隆 須賀健太 薬師丸ひろ子

東京の下町・夕日町三丁目の駄菓子屋に住む茶川竜之介は売れない小説家。

ふとしたことから身寄りのない少年・淳之介の世話をする事になり、奇妙な共同生活が始まる。東京タワー近くの下町に住む人々の生活が、笑いあり涙ありで描かれる。

出会いと別れの人間ドラマが人情たっぷりに展開するところが、最大の魅力。



今月の～スポット～ 事業



☆ 人形劇「やまんぼ」 6/11(水) 10時半から～

0歳から入園前の乳幼児を対象にしたためだかの会。7年度がスタートしました。

以前よりお子さんの人数が少なくなりましたが、制作活動・体操・ゲームなど企画をし親子共に楽しい時間を過ごしています。今年も「やまんぼ」の人形劇団がやってきます。可愛い話、ほっこりする話。ご近所誘い合って是非お出かけください。

☆「カラオケひろば」が「歌声ひろば」に！

歌うのもいいけど、人の歌を聞くのもまた楽しい！一緒に歌ったり、おしゃべりしたりと交流の場です。誰でも参加できます。お待ちしております。



移動販売 6月13(金) 午後3時から 場所 和田公民館駐車場

