

令和7年9月1日
中山地区福祉ひろば

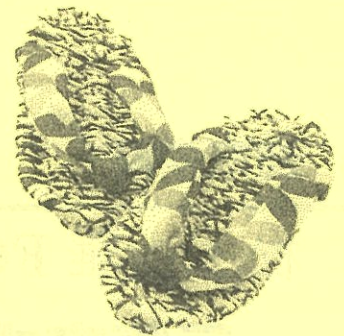
回 覧

いきいき講座

第2弾

布ぞうい講習会

「作って履いてみませんか」



布ぞうりづくりの第2弾です。

履き心地がとてもよく、家族やお友達にあげると喜ばれています。

初めての方大歓迎♪涼しいひろばで一足編んでみませんか？

ご参加お待ちしております。

◎初めての方は「材料準備」から、経験者は「本体を編む」からご参加ください。

日 時	内 容	持 ち 物
9月 19日 (金) 13:30 初めての方は ご相談ください	材料準備 鼻緒 前緒 本体用布	木綿の古布（綿がおすすめ） 浴衣地、シーツ、布団地など 物差し はさみ 洗濯ばさみ
9月 26日 (金) 13:30	本体を編む つま先から鼻緒を 編みこむ前まで	本体用布 洗濯ばさみ
10月 2日 (木) 13:30	鼻緒をつけ仕上げる	編みかけの本体1足分 鼻緒2本 前緒2本

*申し込み 9月 16日 (火) までに福祉ひろばへ。

その他ご不明な点は、中山地区福祉ひろばまでお願いします。TEL 58-5822

裏面も見てね

令和7年9月1日

中山地区福祉ひろば
社協中山支会

健康講座

松本山雅 FC

元気育成・健康増進プログラム

『スマイル山雅 健康教室』

今回の健康講座は、「松本山雅」のスタッフの方と一緒に楽しく身体を動かします。貴重な機会になりますので是非ご参加ください。

- ☆ 日 時 9月 30日 (火) 午後1時30から午後3時まで
- ☆ 場 所 福祉ひろば
- ☆ 内 容 運動指導、レクリエーション、
- ☆ 講 師 松本山雅のスタッフ、健康運動指導士
- ☆ 定 員 15名
- ☆ 持ち物 飲み物、タオル、運動できる服装
- ☆ 申し込み 9月24日 (水) まで

中山地区福祉ひろば ☎ 58-5822

裏面も見てね