



イチョウのマーク

本郷ひろばだより

2025 年 10 月号

10 月は市民歩こう運動強化月間です。ひろばまつりには歩いて参加してみよう！

雨天決行

ひろば開設 30 周年記念

祝

本郷ひろばまつり

10 月 22 日 (水) 9:00 開場 9:30 開始

会場：ひろば、児童センター、のぼら保育園

※雨天の場合は内容を縮小して行います！

プログラム

★発表 第 1 部 (会場：児童センター遊戯室)

9:40 ・ミュージックハンドベル

10:10 ・ひろば音楽隊

★発表 第 2 部 (会場：のぼら保育園園庭)

10:40 ・太極拳

10:55 ・のぼら保育園年長児「ソーラン節」

11:00 ・開設 30 周年記念特別企画 サカアーティスト 金井ケイスケ氏 パフォーマンス

★ひろばランチ・喫茶・販売オープン 11:30~

①災害時体験 (数量限定お振舞い・・・炊出しカレー&ハイゼックス袋使用のご飯)

②お抹茶席 (お菓子付き)・・・娯楽室

③喫茶ブース (コーヒー・紅茶)

④販売コーナー (プリン、おやき、新鮮野菜、介護用品、手芸品 他)

⑤健康ブース (体組成測定、介護・困りごと相談)・・・児童センター図書室

⑥展示コーナー (サークル作品)・・・娯楽室



今日はおしゃれに

お楽しみ講座

~ビーズブローチを作ろう~

10月30日(木) 10:00

ひろばまつりも終わってホッと一息！ここで ちょっと落ち着いて

ビーズを使ったアクセサリーづくりを楽しんでませんか！

オンリーワンのおしゃれで、毎日の生活に潤いを♪

◆定員：14名

◆参加費：200円

◆申込み：ひろば (46-1168) まで



カレー材料提供のお願い

ひろばまつりでは、炊き出しカレーづくりを予定しています。

そこで、下記の材料提供にご協力いただける方を募っています。

15日(水)頃までに連絡ください！

・玉ねぎ

・にんじん

・じゃがいも 等々



10月の行事予定



は、ひろば事業です。すべて参加自由！

日	曜日	午前				午後		
1	水	8:45	朝トレ	9:30	保健師による健康・育児相談			
2	木	9:00	朝トレ	10:00	りんどうの会	1:30	ゆめクラフト	
3	金	9:00	朝トレ	9:40	おしゃべり場 (おしゃべりバー)			
4	土	/						
5	日							
6	月	9:00	朝トレ	10:00	たつみ会	1:30	社交ダンス	
7	火	9:00	朝トレ	10:00	のんびりエルダertime	1:30	ベルの会 (リハーサル) 民生打合せ	
8	水	9:00	朝トレ	10:00	メンズ・エクササイズ	1:30	音楽隊自主練	
9	木	9:00	朝トレ	10:00	健康リンパケア	1:30	スマホサロン	
10	金	9:00	朝トレ			1:30	碁遊会	
11	土	/						
12	日							
13	月	スポーツの日						
14	火	9:00	朝トレ	10:00	くれよん編物・布美の会 (展示)	1:30	太極拳 (リハーサル)	
15	水	9:00	朝トレ					
16	木	9:00	朝トレ	10:00	りんどうの会	1:30	ゆめクラフト	
17	金	9:00	朝トレ	10:00	ひろば音楽隊 (リハーサル)			
18	土	/						
19	日							
20	月	9:00	朝トレ	10:00	たつみ会 (展示)	4:00	文教ゾーン一斉清掃	
21	火	/				ひろばまつり準備		1:30 民生の運営委員 前日準備
							3:00 テント設営 (町会長)	
22	水	🍎 お祭り 🍎		9:30	ひろばまつり (発表・アトラクション・模擬店・炊出し・喫茶 他)			
23	木	9:00	朝トレ					
24	金	9:00	朝トレ	10:00	布美の会	1:30	碁遊会	
25	土	/						
26	日							
27	月	9:00	朝トレ			1:30	社交ダンス	
28	火	9:00	朝トレ	10:00	くれよん編物	1:30	太極拳	
29	水	9:00	朝トレ					
30	水	9:00	朝トレ	10:00	ビーズブローチを作ろう (要申込)			
31	木	9:00	朝トレ					

10/20 (月) 4時~
文教ゾーン一斉清掃
ご協力お願いします



メンズ・エクササイズ

10月8日(水) 10:00

お馴染み 松本寿行先生による 男性限定の「フレイル予防 ストレッチ体操・貯筋教室」です。男性のみなので気楽です。家で継続して続けられる体操を教えてもらっています。見学がてら体験してみませんか。筋肉はいくつになっても貯まります！ ◆参加費：100円

