## 内田福祉ひろばだより



11月は文化祭・ひろばまつりがあります。今年は趣向を凝らして 子どもから大人まで、みんなで楽しめる内容になっています。 皆さんお誘い合わせてお出かけください。

松本市広報 R7-4

NO.343 令和7年11月1日 内田地区福祉ひろば発行 TEL:85-5168





## ふれあい健康教室

11月19日(水)9:30~11:30

森永乳業(株)の腸活セミナー開催 〈 腸内フローラから健康に 〉

腸年齢チェックなどをとおして、大腸に 大切なビフィズス菌や腸活についてお話 しをしていただきます。

講師:森永乳業健幸サポート栄養士

11月10日(月) 9:30~11:30

> 〈大塚製薬さんの健康講座〉 体調管理のコツと理想的な朝食の ススメをテーマにお話いただきます。

福祉交流のつどい

親子ひろば 〈親子たいそう〉

11月28日(金) 10:00~11:00



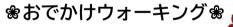
赤津先生と一緒に、楽しく元気よく 親子でピョンピョンしましょう!

ひろば喫茶"よってけや"

11月14日(金)10:30~14:00

飲み物 100円 (白玉豆腐だんご付き) ランチ 300円 野菜カレー

~ごゆっくりどうぞ! (^^♪~





11月5日(水)11:00現地集合

お弁当を持ってスカイパークの紅葉を 駐車場 P9 (やまびこドーム東)

- ★ マスク着用に関しましては、個々の 事情に応じて着用してください。
- ★ すべての事業は申し込みが必要とな ります。

内田地区福祉ひろば

**25** 85-5168

内田地区福祉ひろば ホームページQRコード→



## 予告です!



皆さんのお宅に昭和時代の懐かしい写真 はありませんか?内田地区の今昔を見な がら懐かしく楽しく語り合う、そんな企 画を考えています。

ご協力いただける方は福祉ひろば(85-5168) までお知らせください。