



集まれ！福祉ひろばへ♪

ふれあい 健康教室

日 時 12月11日(木)
午前10時20分～11時20分
場 所 福祉ひろば
内 容 安曇野瓜太郎さんミニコンサート



恒例になりました、瓜太郎さんのキーボードとギターによる楽しいコンサートです。昭和の懐かしい曲に合わせて一緒に歌いましょう。お車でお越しの方は、ご近所の方・お友達を誘ってお出かけください。

出張ミニ ふ れ 健

追平公会堂 12月 9日(火) 午後1時30分～
黒川渡公会堂 12月15日(月) 午後1時30分～



ささゆりひろば 「自分に合った靴の選び方・足の 健康やトラブルについて」

日 時 12月4日(木)
午前10時20分～
場 所 福祉ひろば
講 師 コンフォートシューズかみむら
シューフィッター 上村智仁さん



男しょの体力講座(その5) (公民館と共催)

日 時 12月8日(月)
午後1時30分～
場 所 福祉ひろば
講 師 健康運動指導士
西山知花先生



健康相談日

日 時 12月15日(月)
午前10時～
場 所 福祉ひろば



※保健師が、健康や子育て等
について秘密厳守で対応
します。どんなことでもご
相談ください。



1月の事業のお知らせ

ふれあい健康教室

日 時 1月9日(金)
午前10時20分～
場 所 福祉ひろば
内 容 エルダーシステムを使った
健康体操(第一興商)



男しょの体力講座(その6)

日 時 1月5日(月) 午後1時30分～
場 所 福祉ひろば
講 師 健康運動指導士 西山知花先生