

寿台地区福祉ひろば便り

寿台地区福祉ひろば
公式ライン



寿台地区福祉協議会 《寿台地区福祉ひろば Tel 57-1168》



雪の季節になりました。大切なお知らせです。

大雪（10センチ以上の積雪）や路面凍結の場合は皆さまの安全を考えて、
行事やサークル活動は中止となります。ご了承ください。



ふれあい健康教室

小学生と交流会



17日(水) 9時30分

『うた声ひろば』 伴奏丸山俊治さん



懐かしい歌をみんなで歌いましょう

保健師による健康相談も行います。

健康ウォーキング

5日(金) 9時30分～



筋トレ、ストレッチをしてみんなで歩きましょう。

持ち物：水分、防寒具

天候、気温によっては室内で筋トレのみの場合もあります。

みんなでラジオ体操

開催日時：2・9・23(火) 9時～

室内で開催しています。



ひろば体操 16日(火) 9時～

元気いっぱいの美穂先生とみんなで
たのしく体を動かしましょう。

持ち物：水分・タオル

ヨガ教室 22日(月) 13時30分～

持ち物：フェイスタオル・水分・ヨガマット

お気軽にご参加ください。



ひろばでエクササイズ

15時30分～月曜～金曜日(12月5日、26日はお休みします。)

1回10分～20分の動画を見ながらの運動を行っています



ハートたおる

12日(金) 13時～15時



乳児院の子ども達にハンドタオルを作つて届けましょう。
道具はひろばで用意しています。

日程変更
ないました

ひろば喫茶

4日(木) 13時30分～



コーヒー又は紅茶(100円デザート付き)

12月のひろば工作講座

『2026年 千支の押絵』

12月19日(金) 13時～

材料費 1,300円

申込み締め切りました。

寿台地区福祉ひろば 57-1168



双葉会会員の皆さんへお知らせ
お茶会 12月18日(木)13:30～
詳しくは双葉会のお便りをご覧ください。

居酒屋よりましょ

20日 土曜日 17時(冬時間)

会場 ふれあいセンター 会費 1000円(日本酒飲み放題)
他のお飲み物は各自お持ちください。

申込みは福祉ひろばへ 57-1168



『寿台エコプラザ』

こどもハッピー食堂

12月27日(土)

今月のイベント案内

申し込みをお願いいたします。

刃物砥ぎ講座

12月 24日(水)

9時～ (申し込みはひろばへ 57-1168)

