



# 福祉ひろばだより

令和8年

1月

安曇地区福祉ひろば事業推進協議会 電話・FAX 0263-94-1121

☆あけましておめでとうございます。本年もよろしくお願いします。



## クラフトテープでかごバッグづくり

★日 時 2月17日・2月24日・3月3日・3月17日（いずれも火曜日）  
13:30～15:30 4回コース

★場 所 安曇保健福祉センター2階

★講 師 坪田圭子さん

★持ち物 ハサミ、30センチの定規、あれば目打ち

★材料費 1,800円（目打ち代含む）

★定 員 8名



1月20日（火）までに、福祉ひろばへお申込みください。  
その際に、かごの色や編み方を選んでもらいます。

## 太極拳

ゆったりとした動作、深い呼吸法が体と心に様々な恩恵をもたらします。

自分の体調に合わせたペースで行うことができます。

1月5日（月）13:30～

（毎月第1月曜日開催）

安曇保健福祉センター2階



## ご報告

11/14に大野田町会の高齢者と安曇保育園児との交流会がありました。



歌やダンスの発表、ふれあい遊びをしました。



笑顔いっぱい楽しい時間が過ぎていきました。

## ニュースポーツ

「スカットボール」を紹介します。

ゲートボールに似たスポーツでスティックで打ったボールを得点穴に入れる競技です。

毎月第3金曜日

13:30～のニュー

スポーツでやってるよ。



令和8年1月 安曇地区くらしのカレンダー

| 日  |   | 行事等  | 主催                 |
|----|---|--|--------------------|
| 1  | 木 | 元旦   |                    |
| 2  | 金 | 初夢   |                    |
| 3  | 土 |  |                    |
| 4  | 日 |  |                    |
| 5  | 月 | 育児・健康相談(安曇保健福祉センター) 9:30~11:00<br>太極拳 13:30~ 小寒                                  | 西<br>福             |
| 6  | 火 | 保健師安曇地区地域づくりセンター在所日 13:30~15:00<br>【稲核】百歳体操+エルダー(集落センター) 9:30~                   | 西<br>町・福           |
| 7  | 水 | 安曇・大野川小中学校3学期始業式<br>【稲核】百歳体操+エルダー(集落センター) 9:30~<br>健康麻雀 13:00~<br>下水道使用料口座振替日 七草 | 学<br>町・福<br>福<br>水 |
| 8  | 木 |  |                    |
| 9  | 金 | 【大野田】百歳体操+エルダー(保健福祉センター) 9:30~   | 町・福                |
| 10 | 土 |  |                    |
| 11 | 日 | 鏡開き  |                    |
| 12 | 月 | 成人の日   |                    |
| 13 | 火 | メンズ・ソフトストレッチ 14:00~  | 福                  |
| 14 | 水 | 大野川小中学校計画休業<br>【島々】百歳体操+エルダー(島々公民館) 9:30~  | 学<br>町・福           |
| 15 | 木 | カラダづくり講座 13:30~  | 福                  |
| 16 | 金 | ニュースポーツ 13:30~   | 福                  |
| 17 | 土 | 土用入り   |                    |
| 18 | 日 |  |                    |
| 19 | 月 | 女性マージャン 13:30~   | 福                  |
| 20 | 火 | 【稲核】百歳体操+エルダー(集落センター) 9:30~ 大寒   | 町・福                |
| 21 | 水 | 【稲核】百歳体操+エルダー(集落センター) 9:30~<br>健康麻雀 13:00~                                       | 町・福<br>福           |
| 22 | 木 |  |                    |
| 23 | 金 | 【大野田】百歳体操+エルダー(保健福祉センター) 9:30~   | 町・福                |
| 24 | 土 |  |                    |
| 25 | 日 |  |                    |
| 26 | 月 | 保健師安曇地区地域づくりセンター在所日 9:30~11:00<br>女性マージャン 13:30~                                 | 西<br>福             |
| 27 | 火 |  |                    |
| 28 | 水 | 【島々】百歳体操+エルダー(島々公民館) 9:30~<br>【大野川】百歳体操+エルダー(ふれあいパーク乗鞍) 14:00~                   | 町・福<br>町・福         |
| 29 | 木 |  |                    |
| 30 | 金 |  |                    |
| 31 | 土 |  |                    |

町会、学校、保育園、公民館、福祉ひろば、西部保健センター、上下水道局、市民税課、納税課、保険課、その他実行委員会等

※ 行事等は、中止や延期となる場合がありますので、事前に関係機関にお問い合わせください。