

# 福祉ひろばだより

# 2月号

寿地区福祉ひろば TEL 57-9168



どの講座も人数把握のためお申込みが必要です。

## みんなのひろば



ひろばまで遠く、参加しにくい方のために、年2回、竹渕公民館をお借りして開催しています。近隣町会の皆さまも、振るってご参加ください。南東部包括支援センター職員、地区生活支援員からの大切なお話もあります。

日時：2月18日(水) AM10:00～11:30

内容：「安曇野瓜太郎コンサート」

やさしい歌声と楽しいお話！健康トークも魅力！

会場：竹渕公民館

参加費：無料(人数把握のため、申し込みください)

★飲み物を持参ください。

★竹渕公民館まで遠い方のために送迎サービス有ります。  
(登録制のため、早めの申込みをお願いします)

★車の乗り合わせ、のる～と利用にご協力ください。

★保健師による血圧測定 9:30～10:00



★11:30～12:00頃まで竹渕公民館  
駐車場にてお買い物できます。  
パンやおやき、お弁当等もあります。  
ご近所の方もご利用ください。



## 福祉の映画鑑賞会



## みんなと共にスマイルカフェ



心で見て、聴いて、感じる映画会です。鑑賞後  
コーヒーをいただきながらおしゃべりしましょう！  
○「お終活」シリーズ第2弾

「お終活 再春！人生ラプソディ」

日時：2月20日(金) PM1:30～4:00

“笑って、泣いて、役に立つ”ゴキゲン・ムービー  
金婚式を迎えた熟年夫婦が主人公 シニア世代の  
「再春」と人生の「終活」をコメディタッチで描く

参加費：100円 申し込み必要

協力：地区生活支援員、ひろばサポーター

## お近くの公民館に出前しま～す！

福祉ひろばまで遠く参加しにくい方のために  
ひろば事業を各町会の公民館に出前します。  
詳しくは、町会の回覧をご覧いただき、申し込み  
をお願いします。 福祉ひろば 57-9168

○下瀬黒町会 2月6日(金)PM2:00～

峰ちはる歌謡ショー

## 「男性の体操教室」体験会

何か始めたいいな！激しい運動は苦手！と思って  
いる皆さんにぴったりの体操です。男性だけの会な  
ので気兼ねなくご参加いただけます。お申ください。

日時：3月5日(木) AM10:00～11:10

内容：日々の生活が楽になる体操

ストレッチやバランストレーニング等

講師：荒井真理先生(健康運動指導士)

参加費：体験の方は無料

持ち物：飲み物、汗拭きタオル





# 地区福祉ひろば



2月



# 行事予定

○印は参加費200円



印は送迎付(登録・申し込み制)



《申込・問い合わせ》

寿地区福祉ひろば

TEL57-9168

日	曜日	開始	午前	開始	午後
1	日				
2	月	8:50	「のるーと」で食事に行きましょう！		
3	火		節分		
4	水	10:00	192サロン(竹渕公民館)	1:30	○あみもの講座 (地)専門部会
5	木	10:00	○男性の体操教室(AMコース)	1:30	囲碁・将棋
6	金	9:30	ボランティア鉋の会 <b>包丁研ぎ承ります</b>	2:00	♥ <b>(ひろば出前講座)</b> 下瀬黒町会 峰ちはるコンサート♪
7	土		お一人様、2、3丁でお願いします。混み合う場合 がありますので、申し込みの上ご持参ください。		
8	日				
9	月	9:30	いきいき健康ひろば(登録制)/民児協定例会		
10	火	10:00	○ラララ元気塾(火曜日コース)	2:00	○るんるん元気塾(PMコース)
11	水		建国記念日		
12	木	9:30	○銭太鼓	1:30	囲碁・将棋 <b>PM3:30~</b>
13	金	9:30	ボランティア鉋の会	2:00	○楽しめエルダー! <b>車</b> /○スポーツボイス
14	土		★ふれあい演奏会「楽団ケ・セラ コンサート」 日時:2月17日(火)PM1:30~ 場所:寿公民館 大会議室 申込ください。		
15	日				
16	月				1:30 寿田町イベント応援 / CS運営委員会
17	火	9:30	(地)推進会議 <b>会場:竹渕公民館</b>	1:30	○絵手紙(節句) / 地区支援企画会議 <b>PM3:45</b>
18	水	10:00	みんなのひろば <b>車</b> 安曇野瓜太郎コンサート	2:00	体力づくりサポート一定例会
19	木	9:00	囲碁大会(終日)		将棋の方は午後からお願いします。
20	金	9:30	ボランティア鉋の会	1:30	福祉の映画鑑賞会(参加費100円)
21	土		<b>心</b> 寿小3年2組のみんなと交流します。お申込みください。 日時:2月24日(火)PM1:30~2:30 持ち物:飲み物 内容:子どもたちが考えたレクで楽しんだり発表を見せてもらいます。		
22	日				
23	月		天皇誕生日		
24	火	10:00	○るんるん元気塾(AMコース)	1:30	寿小3年2組と交流しよう!
25	水	9:30	(地)企画会議/編さん委員会	1:00	192サロン打ち合わせ
26	木	10:00	○ラララ元気塾(木曜日コース) <b>車</b>	1:30	○男性の体操教室(PMコース)
27	金	10:00	みんなと共に スマイルカフェ <b>車</b>	2:00	○楽しめエルダー! /○スポーツボイス
28	土				<b>PM3:30~</b>



# 3月 行事予定

1	日				
2	月	10:00	(地)プロジェクト会議		
3	火		桃の節句		
4	水	10:00	寿小3年1組と交流しよう!	<b>男性集合!</b> 体験会やります お申込ください	
5	木	10:00	○男性の体操教室(AMコース)	1:30	囲碁・将棋
6	金	9:30	ボランティア鉋の会 <b>包丁研ぎ承ります</b>		
7	土				
8	日				

♥**心** 寿小3年1組のみんなと交流します。

日時:3月4日(水)AM10:00~11:00

持ち物:飲み物

内容:子どもたちが考えたレクで楽しんだり発表を見せてもらいます。お申込ください。



寿公民館だより 裏面参照