

神林福祉ひろばだより2月号



健康☆えるダー!!

映像と音楽を使った体操や脳トレをします。

2月3日(火)・2月17日(火)

3月3日(火) PM1:30~

参加無料 申込み不要

持ち物：飲み物・タオル等

～ふれあい健康教室～

「お薬なんでも講座」



～正しい薬の使い方・新しい制度等～

講師：松本薬剤師会 窪田 靖氏

井出 美紀氏

2月20日(金) 当番：町神・川西
(対象町会：川西・寺家・南荒井・町神)

2月27日(金) 当番：下神
(対象町会：川東・下神・梶海渡)

両日とも AM9:30~11:30

◆今月の健康相談はありません。

からだリフレッシュ講座

2月4日(水)・3月4日(水)

AM9:30~

大会議室で行います

☆講師：西山知花先生☆

参加費 100円 申込み不要

持ち物 飲み物・タオル



ひろばで歌おう🎵

2月4日(水) PM1:30~

参加無料 申し込み不要

通常と日程が
異なります

マグネット吹き矢

2月24日(火) AM9:30~

参加費：100円 定員15名

※飲み物ご持参ください。



大人のぬり絵🖍

2月6日(金)・3月6日(金)

AM9:30~

申込み不要 手ぶらでどうぞ!

ハツラツ体操!

2月17日(火) AM9:30~

☆講師：百瀬みどり先生☆

参加費：100円 申込み不要

持ち物：飲み物

ウェーブリング・テニスボール等の
必要な器具はひろばに準備があります。



プロに学ぶ🔪男性の料理教室

2月18日(水) AM9:30~

申込み：13日(金)までに

持ち物：エプロン・三角巾

参加費：300円



メニュー

- ・塩もつ煮
- ・春菊の
ごま和え
- ・韓国風
冷や奴

折り紙講座「リボン」

2月25日(水) PM1:30~

申込み：20日(金)まで

材料費：100円

