



福祉ひろば便り



第 377 号

令和 8 年 3 月 1 日発行 新村地区福祉ひろば事業推進協議会 ひろば事務局 (電話 48-0373)

【3月のふれあい健康教室】

日時 3月12日(木) 9:30~11:00

内容 「交通安全教室」

指導 長野県交通安全教育支援センター
松本市役所 自転車推進課



当番町会は上新西町会です。

買い物弱者の移動支援策として出張販売あります。

各町会の公民館(遠い方は要相談)からひろばまで

無料送迎タクシー運行中です。

送迎申込締切 3月5日(木) 厳守

【4月のふれあい健康教室】

日時 4月9日(木) 9:30~11:00

内容 「エルダーシステム」

音楽に合わせて楽しく体操・脳トレ!

当番町会は南新東町会です。

送迎申込締切 4月2日(木) 厳守



【ひろば喫茶】

コーヒーor紅茶 + お菓子

日時 3月2日(月)

13:30~15:30

参加費 100円



【マフを編む会】新規の方は、ご連絡ください。

家にある毛糸を利用して認知症マフを編んでみませんか? 編み仲間を募集中です。

日時 3月24日(火)

13:30~15:00頃

持ち物 かぎ針(6~8号くらい)

毛糸(ない方はこちらで用意します。)



【いきいき百歳体操・かみかみ百歳体操】

日時 3月25日(水) 9:30~

持ち物 飲み物



【体操教室】

日時 3月18日(水) 10:00~11:00

講師 荒井 真理先生

持ち物 飲み物・タオル

参加費 100円



【大人の塗り絵】

日時 3月17日(火) 10:00~11:30

講師 松森 清昭先生

持ち物 飲み物・色鉛筆(お持ちの方)

参加費 100円

【身体にエール】

エルダーによる体操・脳トレ

日時 3月3日(火) 9:30~

4月7日(火) 9:30~

持ち物 飲み物・タオル



【健康相談日】

日時 3月16日(月) 9:30~11:00

【脳活マージャン】

日時 3月18日(水) 13:30~16:00

【エルダー体操】 9:00~9:30

日時 3月6日(金) 26日(木)

4月3日(金)

【歌声ひろば】

みんなで楽しく歌いましょう

日時 3月26日(木) 13:30~



【いきいき健康ひろば】

会員のみ データ転送

日時 3月27日(金) 9:30~

【縁側の日】ひろば開放日

日時 3月11日(水) 9:00~16:00

