



4月11日に総会が終わり、令和8年度の役員さんが決まりました。
令和8年度の福祉ひろば事業推進協議会会長は、羽山秀之さん（大和合・牛立町会長）
です。よろしくお願いいたします。

～ふれあい健康教室～



5月13日(水)9時30分～

今月のふれ健は

明治安田による「ぬり絵と健康チェック」です。

ぬり絵は色を考えたり指先を動かしたりすることで脳の活性化や認知症予防につながります。



「山菜を楽しむ日」開催のお知らせ

～入山辺の豊かな自然を感じましょう～

日時：5月22日(金) 午前8時30分集合
内容：三城方面を散策し、山菜を採取します。
持ち物：入れ物(袋)、雨具(天候による)、タオル
服装：長袖・長ズボン、歩きやすく濡れにくい靴
定員：先着15名
※お茶、おやつはひろばで用意します。
※雨天時はひろばでニュースポーツを行います。
※準備の都合がありますので参加希望の方はひろばまでお申し込みください。
※状況により変更または中止になる場合があります。ご了承ください。

ウォーキング講座日程表

日 時	集合時間	集合場所
11日(月)	午前9時30分	福祉ひろば
18日(月)	午前9時30分	入山辺公民館
25日(月)	午前8時30分	福祉ひろば

※25日(月)のウォーキングは入山辺線のバスを利用し、お城周辺を歩きます。
≪福祉ひろば前≫8時48分発、13時22分着の予定です。時間厳守をお願いします。
参加希望の方はひろばまでお申し込みください。(先着8名です。)

※雨天中止です。開催についてのお問合せはひろばまでお願いします。

4月の活動報告「ふれあい健康教室」より



いつもステキな布野先生



全員できめポーズ



体づくりサポーターさんのストレッチ

※送迎ボランティアを希望される方は、お近くの民生委員さん、または福祉ひろばまでご連絡ください。

5月の予定



日	曜日	午前	午後
1	金	太極拳 9:30	
7	木	ヨガ 10:00	
8	金	編み物 9:30	◎エルダー
11	月	卓球/ウォーキング 9:30	ヨガさくら会 13:30
12	火	民踊 9:30	囲碁 13:00
13	水	◎ふれ健 9:30	健康麻雀 13:00
14	木	筆文字 9:30	うた活 13:30
15	金	太極拳 9:30	◎セラバンド 13:30
18	月	卓球/ウォーキング 9:30	健康麻雀 13:00
19	火	ヨガ 10:00	囲碁 13:00
20	水	童謡唱歌 9:30	バランスボール 13:30
21	木	おやつボラ 9:30	◎おしゃべりサロン 13:30
22	金	◎山菜を楽しむ日	
25	月	卓球/ウォーキング(8:30) 9:30	
26	火	◎銭太鼓 9:30	囲碁 13:00
27	水	ミニキッズ 10:00	◎おらん家 13:30
28	木	筆文字 9:30	うた活 13:30
29	金	◎生き生き元気塾 9:30	



各サークルからお知らせ

～参加希望の方はひろばまでご連絡ください～

～子育てサークル ミニキッズ より～
 ≪未就園児と保護者の方のサークルです≫
 27日(水) 午前10時～「救急救命講座」

～おやつボランティアより～
 おしゃべりサロンのお菓子「柏餅」を作ります。
 先着8名です。



～健康麻雀サークルより～
 先着16名です。お早めにお申し込みください。

ひろば事業に参加希望の方はひろばまでお申し込みください。



ひろば事業の紹介

❀❀ エルダーで健康体操 ❀❀
 8日(金) 13時30分～
 15時00分～
 エルダーを使って健康体操をします。

🌸🌸 ふれあい健康教室 🌸🌸
 13日(水) 9時30分～
 今回のふれ健は「ぬり絵と健康チェック」
 です。保健師による健康相談があります。

❀❀ セラバンド ❀❀
 15日(金) 13時30分～
 ゴムバンドを使って体操をします。

** おしゃべりサロン **
 21日(木) 13時30分～
 ダンベル体操と頭の体操、歌遊びなど楽しい時間を過ごします。

** 銭太鼓 **
 26日(火) 9時30分～
 音楽に合わせて銭太鼓を練習します。

** 札づかE「おらん家」 **
 27日(水) 13時30分～
 楽しくおしゃべりしましょう。

** 生き生き元気塾 **
 29日(金) 9時30分～
 赤羽義徳先生の健康体操です。
 持ち物：タオル

日	曜日	6月の予定	
		午前	午後
1	月	卓球/ウォーキング	
2	火	ヨガ	囲碁
3	水	◎ふれ健	
4	木		健康麻雀
5	金	太極拳	
8	月	卓球/ウォーキング	ヨガさくら会
9	火	民踊	囲碁
10	水	ミニキッズ	◎エルダー
11	木	筆文字	うた活
12	金	編み物	◎セラバンド