



芳川ひろばだより 6月号

ひ 芳川地区福祉ひろば ☎57-0168

み 芳川地区みなみ福祉ひろば ☎86-1055

ふれあい健康教室 申込不要！お気軽にご参加ください

ひ 6月24日(水) 9:30~
健康づくりサポーターさん企画
「オーラルフレイルについて」
歯科衛生士のお話しとデンタルフロスの使い方
デンタルフロスのプレゼントあり♪

み 6月 8日(月) 13:30~
「お薬なんでも講座」
①薬の飲み方②薬の取り扱い
③災害時の備え

木製の動物目印クラブプレゼント!

ひ 体かづくりサポーターさんと「セラバンド運動」
6月 2日(火) 14:00~
セラバンドの貸出あり
トレーニング用ゴムバンドを使って運動します
定員:10名 ※要申込み

み 楽しいハワイアンフラ
6月10日(水)10:00~ ※要申込
ゆったりほっこりヨガ
6月11日(木)13:30~ ※要申込

子育て応援 赤ちゃんとお薬講座
6月 5日(金) 10:00~
お薬の上手な飲ませ方など
薬剤師さんに聞いてみよう!
未就園児対象
講師:清水美す江さん 定員:20組 ※要申込み

み あんさんぶるコンサート
6月12日(金)10:00~ ※要申込
カルテット桜さんによる
~弦楽器の響き~

子育て応援 ぽかぽかくらぶ
6月17日(水) 10:00~
「ベビーケアとママヨガ」※要申込み
※ママは動きやすい服装で
0歳児対象
ぽかぽか開放日 ☆日程は裏面をご確認ください☆
親子で、お友だちと一緒に、自由に過ごせます

み ぴんころひろば
6月25日(木)13:30~ ※要申込
講師:きよんす先生 持ち物:水分
全身をほぐし、ストレッチをしよう!
夜はいつもより深い睡眠がとれるかも!

ひ 松本ヘルス・ラボタイアップ企画
「からだケア体操」
NEW 6月19日(金) 10:00~
誰でも参加できる!
「フレッシュアップ・リズム体操」
ママもお子さん連れ参加大歓迎!
講師:CFM 菅原 佳代子先生
定員:15名 ※要申込み 次回:7月17日(金)

み 青春ポップス♪
6月29日(月)10:00~ ※要申込
青春時代の名曲に合わせて、心も体もリフレッシュ♪
初めての方も気軽に参加できます!

ひ 手芸「はじめての手まり作り」
NEW 6月30日(火) 10:00~
籾殻を袋に詰め、草木染めの糸で
円周14cm前後の土台てまりを作ります。
講師:木内文嘉先生 参加費:2800円
定員:10名 ※要申込み 持ち物:老眼鏡

「みなみひろばギャラリー」予定
5/23(土)~6/5(金) 平田町会
松本三枝子さんの「古布バック展」
6/6(土)~6/19(金) 木工町会
佐々木芳恵さんの「籐細工展」
6/20(土)~7/3(金) みなみひろば作品
「スタンドグラスシールパズル展」
全部違う作品です。自分の作品を探しにきて下さい

6月の行事予定

日	曜	芳川福祉ひろば & Fax 57-0168		みなみ福祉ひろば 86-1055		公民館 58-2034 Fax 85-1057	
1	月	手芸・虹の会	囲碁・マージャン	読書会			いきいき百歳体操
2	火	おとなのぬり絵 NEW	体サボ「セラバンド運動」	いきひやくエルダー	エルダーたいむ		
3	水			男衆(おとこし)の会 NEW			
4	木	太極拳	エルダーたいむ	男衆集まれ!!			全館清掃、日本語学級
5	金	あつまれ!赤ちゃんとママのお薬講座					
6	土			木製の動物 目印クリッププレゼント!			フリースペース開放日、芳川スポーツナイト
7	日						
8	月		囲碁・マージャン	ふれ健「お薬なんでも相談」13:30~			いきいき百歳体操
9	火	いきいきデータ転送	ハンドベル	いきひやくエルダー	エルダーたいむ		
10	水			楽しいハワイアンフラ			健康体操ほかとれ、芳川スポーツナイト
11	木	びんころ	エルダーたいむ	長丘町会ふれ健	ゆったりほっこりヨーガ		いきいき脳活サロン、日本語学級
12	金	ひよっこ体操	ハンドメイドたいむ	あんさんぶるコンサート 10:00~			
13	土						フリースペース開放日
14	日						
15	月	手芸・虹の会	囲碁・マージャン	全館清掃「みなみひろば休館」			いきいき百歳体操
16	火	シネマ(ひろばにお問い合わせください)		全館清掃「みなみひろば休館」			
17	水	ぼかぼかくらぶ 平田町会ふれ健	ぼかぼか開放日		ぬり絵たいむ		
18	木		エルダーたいむ	おとなの空手10:00~			芳川シニア短期大学、日本語学級
19	金	NEW からだケア体操			村井町会ふれ健		
20	土						フリースペース開放日、芳川スポーツナイト
21	日						
22	月	スマホ相談たいむ	囲碁・マージャン	シネマ(ひろばにお問い合わせください)			いきいき百歳体操
23	火	男厨会	ハンドベル	いきひやくエルダー	エルダーたいむ		
24	水	ふれ健「オーラルフレイルについて」					芳川スポーツナイト
25	木	北原町出張ふれ健	エルダーたいむ		びんころひろば		日本語学級
26	金	ベビーマッサージ	ぼかぼか開放日	手しごと会9:30~			
27	土						フリースペース開放日
28	日						
29	月		囲碁・マージャン	青春ポップス 10:00~ NEW			いきいき百歳体操、プレスクールぼかぼか
30	火	NEW 手芸「はじめての手まり作り」		いきひやくエルダー	エルダーたいむ		

の詳細は、表の公民館ニュースをご覧ください。

7月前半の行事予定

1	水						
2	木	太極拳	エルダーたいむ	植物水栽培講座10:00~ NEW			芳川シニア短期大学(仮)、日本語学級
3	金	ぼかぼか開放日		芳川地区の方限定 受付6/10 13:00~ 詳細はみなみひろばまで			
4	土						フリースペース開放日、芳川スポーツナイト
5	日						よしかわスポーツひろば
6	月	手芸・虹の会	囲碁・マージャン	シネマ(ひろばにお問い合わせください)			いきいき百歳体操
7	火	おとなのぬり絵	マタニティピラティス				