



集まれ！福祉ひろばへ♪

ふれあい健康教室

日時 6月12日(金) 午前10時30分～
 場所 福祉ひろば
 内容 八幡屋磯五郎による七味づくり



すでにお申込みをいただいた方のみになります。
 自分の好みの七味を作ってみましょう。

出張ミニふれ健

神谷公会堂 6月 9日(火) 午後1時30分～
 入山公会堂 6月18日(木) 午後1時30分～
 曾倉公会堂 6月22日(月) 午後1時30分～



男しよの体力講座(その2) (公民館と共催)

日時 6月8日(月)
 午後1時30分～
 場所 福祉ひろば
 講師 健康運動指導士
 西山知花先生



ふれ健「スマイル山雅健康教室」(5月)



松本市立病院出前講座 「骨のお話～骨粗しょう症を予防しよう」

日時 6月10日(水)
 午後2時～3時30分頃
 場所 奈川小中学校体育館
 講師 松本市立病院整形外科
 骨粗しょう症マネージャー
 山崎仁美看護師

直接会場へどうぞ！
 今からできる骨折予防
 のお話も聞けるよ！



大人の社会見学(5月)
 飯山「高橋まゆみ人形館」

健康相談日

日時 6月22日(月)
 午前10時～
 場所 福祉ひろば



※保健師が、秘密厳守で対応します。
 どんなことでもご相談ください。

「夢の森カフェ」のお知らせ (公民館と共催)

日時 6月30日(火) 午前10時～12時
 場所 文化センター夢の森1階ロビー他

※詳細は、公民館から配付されるチラシ
 をご覧ください。

※当日、百歳体操は行いません。
 直接「夢の森カフェ」の会場へどうぞ。

