

福祉ひろばだより 8月号



寿地区福祉ひろば Tel 57-9168



特別に暑い夏、どうお過ごしですか。福祉ひろばはクールシェアスポットになっています。ひろば事業に参加して、涼みながらみんなと楽しみましょう。申込の上ご参加ください。お待ちしております。

みんなのひろば



日時:8月19日(水)
AM10:00~11:30

内容:たのしむじかコンサート

歌と音楽の大好きな3人グループ

- ・健康・生活のお得なミニ講座
- ・保健師さんの血圧測定(9:30~10:00)

持ち物:飲み物

- ・お申し込みをお願いいたします
- ・送迎サービス利用希望者は事前登録が必要です
早めにお申し込みください。

ディズニーやミュージカルの名曲など、一緒に楽しめる曲がいっぱい！
夏休み中の子どもたちもどうぞ！お楽しみに！

11:30~12:00頃
まで福祉ひろば玄関
前にて出張販売あり
ます。



夏休み子ども企画



第2弾 1万個のつみき(会場:寿体育館) & レクリエーション

日時:8月5日(水) AM9:00~11:00

持ち物:飲み物、上履き、下足用袋 申込みください。

第3弾 ひろばで映画会(会場:福祉ひろば)

日時:8月17日(月) 持ち物:飲み物

午前の部(低学年向け)AM9:30~11:30 忍たま乱太郎

午後の部(高学年向け)PM2:00~4:00 ゲゲゲの鬼子

定員:各50名 申込みください

映画会は大人も楽しめますよ、申込してね！

クラフトバンドでかごバックづくり

3回コース 1回目は材料を切ります。

日時:①8月25日(火) PM1:00~3:00

②9月9日(水) PM1:30~3:00

③9月24日(木) PM1:30~3:00

講師:右田 郁江さん

定員:10名 お申し込みください

参加費:200円

材料代:1,300円(クラフトバンド代)

持ち物:メジャー、ハサミ、飲み物



スポーツボイスで健康づくり！体験会

免疫力アップ、声帯の筋力アップ、自律神経のコントロール等の効果が期待できる、ボイトレ健康法です。夕食前の空き時間を有意義に使って、身体に良いこと始めてみませんか。

日時:8月21日(金) PM3:30~4:45

講師:伊藤 きくみさん

スポーツボイス

マスタートレーナー

参加費:無料

人数把握のため申込ください

持ち物:汗拭きタオル、飲み物



みんなと共に スマイルカフェ



みんなとおしゃべりして「みんな笑顔に！」をコンセプトに開催します。10時からの30分間は学びやお楽しみの時間になります。

日時:8月31日(月) AM10:00~11:30

今回は命を守る大切な内容のため50分講座です。

終了後は、カフェタイムですよ。お楽しみに！

ミニ講座:交通安全教室

講師:長野県自動車販売店協会

○人数把握のため、申し込みをお願いいたします。

協力: 南東部地域包括支援センター職員
地区生活支援員、地区担当保健師





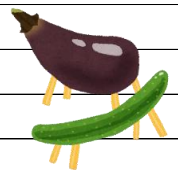
地区福祉ひろば 8月 行事予定

○印は参加費200円 🚗印は送迎付(登録・申し込み制)



《申込・問い合わせ》
寿地区福祉ひろば
Tel 57-9168

日	曜日	開始	午前	開始	午後
1	土				
2	日				
3	月	9:30	いきいき健康ひろば	1:30	民児協定例会
4	火	9:30	(地)企画会議		1万個のつみき&レクリエーション準備会(寿体育館)
5	水	9:00	◆夏休み企画第2弾「1万個のつみき&レクリエーション」寿体育館		
6	木	10:00	○男性の体操教室(AMコース)	1:30	囲碁・将棋
7	金	9:30	ボランティア鮑の会 包丁研ぎ承ります	2:00	♥下瀬黒 出前講座「陽水風コンサート」
8	土		お一人様、2、3丁でお願いします。 申し込みの上ご持参ください。		7日の楽しみエルダーとスポボイはお休みです
9	日				
10	月				
11	火		山の日 ララ元気塾はお休みです		
12	水			2:00	ひろば職員全体研修
13	木		銭太鼓は翌週になります		囲碁・将棋はお休みです
14	金		ボランティア鮑の会はお休みです		
15	土				
16	日				
17	月	9:30	夏休み企画 映画会「忍たま乱太郎」	2:00	映画会「ゲゲゲの謎」
18	火			1:30	○絵手紙 3:30~地区支援企画会議
19	水	10:00	みんなのひろば 🚗 たのしむじかコンサート		
20	木	9:30	○銭太鼓	1:30	囲碁・将棋 注目! PM3:30~
21	金	9:30	ボランティア鮑の会	2:00	○楽しみエルダー! / スポーツボイス体験会
22	土			2:00	子ども会育成会
23	日				
24	月	10:00	(地)プロジェクト会議	1:30	ことぶき映画館(公民館だより参照)
25	火	10:00	○るんるん元気塾(AMコース)	1:00	○クラフトバンド「かごバックをつくろう!」①
26	水	10:00	第3回寿セカンドライフ大学(大会議室)	1:30	認知症カフェ (地)専門部会② PM7:00~
27	木	10:00	○ララ元気塾(木曜日コース)募集中!	1:30	○男性の体操教室(PMコース)
28	金	9:30	ボランティア鮑の会の研さん日	1:30	体力づくりサポーター定例会
29	土				
30	日				
31	月	10:00	みんなと共にスマイルカフェ 🚗		



9月 行事予定



涼しい福祉ひろばで
お待ちしております。
コーディネーター
井戸・山内

1	火				
2	水				
3	木	10:00	○男性の体操教室(AMコース)	1:30	囲碁・将棋 PM3:30~
4	金	9:30	ボランティア鮑の会 包丁研ぎ承ります	2:00	○楽しみエルダー! / ○スポーツボイス
5	土		お一人様、2、3丁でお願いします。 申し込みの上ご持参ください。		
6	日				
7	月	10:00	192サロン「オイルを使ったベビーマッサージ」	1:30	民児協定例会

寿公民館だより 裏面参照