

神林福祉ひろばだより8月号



健康☆えるダー!!

映像と音楽を使った体操や脳トレをします。

8月4日(火)・8月18日(火)

9月1日(火) PM1:30~

参加無料 申込み不要

持ち物：飲み物・タオル等

からだリフレッシュ講座

8月5日(水)・9月2日(水)

AM9:30~

大会議室で行います

☆講師：横山 みゆき先生☆

参加費 100円 申込み不要

持ち物 飲み物・タオル



ひろばで歌おう♪

8月5日(水) PM1:30~

参加無料 申込み不要

大人のぬり絵

8月7日(金)・9月4日(金)

AM9:30~

申込み不要 手ぶらでどうぞ!

ハツラツ体操!

8月18日(火)AM9:30~

☆講師：百瀬みどり先生☆

参加費：100円 申込み不要

持ち物：飲み物

ウェービング・テニスボール等の
必要な器具はひろばに準備があります。



マグネット吹き矢

8月24日(月)AM9:30~

参加費：100円 定員15名

※飲み物ご持参ください。



～ふれあい健康教室～

フレイル予防講座

歯科衛生士と薬剤師による

「お口とお薬の講座」



8月21日(金) 当番：川東

(対象町会：川東・寺家・町神・梶海渡)

8月28日(金) 当番：川西

(対象町会：川西・南荒井・下神)

両日とも AM9:30~11:30

◆健康相談があります。

健康手帳をお持ちください。

折り紙講座「良く回る! こま」

8月26日(水) PM1:30~

申込み：21日(金)まで

材料費：100円

ひろばに見本があります。



男性の料理教室 季節の献立“夏”

8月27日(木) AM9:30~

申込み：21日(金)まで

持ち物：エプロン・三角巾

参加費：300円

メニュー

- ・胡麻坦々風
つけ素麺
- ・鮭のホイル焼き
- ・中華風サラダ
- ・コーヒーゼリー

ブルーベリー狩り



8月26日(水)・9月1日(火)
AM9:00~ 小雨決行・現地集合

場所 倉科農園(下神)

持ち物・支度 ビニール袋(持ち帰り用)

飲み物・帽子・手袋・長袖・雨具

代金(1000円/kg×収穫量)

申込み 各回とも前日までにひろばまで