

第三ひろばだより 8月号



令和8年8月1日 No.327

8月のふれあい健康教室

信州大学モルックサークル『まつぼっくり』と

モルックを楽しもう!

日時:8月19日(水)9:30~

※夏季熱中症対策のため午前中

場所:第三地区公民館 大会議室

モルックとは、フィンランド
発祥のスポーツです。ルール
は簡単で老若男女問わず誰で
も楽しめます。



☆当月お誕生日の方には写真と記念品をプレゼント

8月当番町会:東長沢町・県町南

エルダー体操

日時:8月4日(火)9:30~10:00

場所:第三地区福祉ひろば



年齢問わず、誰でも
いつでも大歓迎!
夏バテ防止にストレッチ
体操をしましょう。

※次回は9月1日(火)9:30~です

誰もが気軽に集える場

みつばちかふえ



日時:8月27日(木)10:00~

場所:第三地区福祉ひろば

おひさまキッズ(子育て支援)

日時:8月6日(木)10:00~

場所:第三地区福祉ひろば

持ち物:バスタオル・飲み物

丸の内病院 母子医療センターによる

『ベビーマッサージ』

ひろばに遊びに
来てお友達を
いっぱいつくろう



終了後保健師による育児相談もできます。
母子手帳をお持ちください。

次回9月3日(木)は

「からだと心を育てる親子あそび」だよ!

☆7月は七夕飾りを作りました☆



~ひろばの様子~

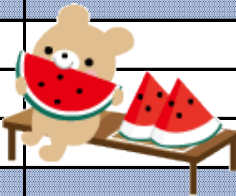
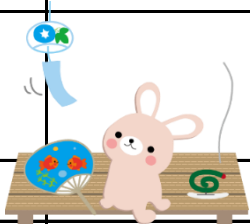


「男のふれ健」
で包丁研ぎを
行いました。

皆さん真剣に
取り組んでい
ました。

《 8 月 の 予 定 表 》

☆はひろば事業

日	曜日	ひろば事業（参加自由）・サークル				その他の行事	
		午前事業		午後事業			
8/1	土						
8/2	日					13:30	あがたの森夏まつり
8/3	月			13:00	☆健康麻雀（すずめの会）		
8/4	火	9:30	☆エルダー体操	13:30	☆ウグイス倶楽部(振替)		
8/5	水			13:30	民児協定例会		
8/6	木	10:00	☆子育て支援おひさまキッズ ベビーマッサージ				
8/7	金	10:00	☆さわやか太極拳				
8/8	土						
8/9	日						
8/10	月			13:00	☆健康麻雀（すずめの会）		
8/11	火						
8/12	水						
8/13	木						
8/14	金						
8/15	土						
8/16	日						
8/17	月			13:30	☆童謡唱歌を歌おう会		
8/18	火			13:30	☆絵手紙		
8/19	水	9:30	☆ふれあい健康教室 （信州大学モルックサークル『まつぼっくり』とモルックを楽しもう） 場所：第三地区公民館 大会議室				
8/20	木						
8/21	金	10:00	☆さわやか太極拳	13:30	民踊レクダンス		
8/22	土						
8/23	日						
8/24	月			13:00	☆健康麻雀（すずめの会）		
8/25	火	10:00	あじさいの会（ハーモニカ）	13:30	☆ウグイス倶楽部		
8/26	水	9:30	☆JTRCいきいきデータ転送				
8/27	木		生活支援員 三澤在所日（9:30～16:00） 担当保健師 山本在所日（13:30～15:30）			10:00	みつばちかふえ
8/28	金					18:00	居酒屋公民館
8/29	土						
8/30	日						
8/31	月			13:00	☆健康麻雀（すずめの会）		

