

芳川ひろばだより 9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 9月30日(水) 9:30～
体力づくりサポーターさん協力
「フレイル健診」
健診・体操・健康相談を行います

み 9月14日(月)13:30～
「ひまわりの会」さんの企画
「楽しく脳も体も活性化」
持ち物：はさみ

ひ 芳川健康麻雀大会～柏澤杯～

NEW 9月14日(月) 13:30～
ちょっと腕試しをしたい方、久しぶりに
楽しみたい方ぜひお集まりください。
優勝目指して頑張りましょう！
ゲスト：柏澤 由紀一さん ※要申込み
参加費：無料 参加特典：入賞賞品



ひ スマイル山雅健康教室

9月17日(木) 10:00～
松本山雅スタッフによる運動プログラムで
楽しくからだを動かしましょう！

ひ からだケア体操

9月18日(金) 13:30～
「フレッシュアップ・リズム体操」
講師：CFM 菅原佳代子先生
定員：12名 ※要申込み 持ち物：水分



ひ わいわい 蒸しパン作り

10月2日(金) 10:00～
大人も子供も大好きな蒸しパン♡旬なお野菜
を入れてみましょう♪
定員：12名 ※要申込み 参加費：1人200円
持ち物：エプロン、三角巾、マスク、布巾、タッパー

ひ 子ども服リユース交換会

秋冬 10月7日(水) 10:00～
子育て中の仲間と交流しながら、子ども服の
交換会☆詳しくは公式LINE投稿ページ、チラ
シをチェック!! 参加無料！(要申込)
キッズスペース・カフェスペースもあります♪
※子ども服(新生児～120サイズ)の持ち込み
大歓迎です。ひろばまでお持ちください

み 多肉植物寄せ植え講座②

9月11日(金)9:30～ ※要申込
陶器鉢にぷくぷく可愛い多肉を寄せ植えしまし
よう！前回ご参加の方は参加できません！
定員：6名 参加費：500円

み 椎茸栽培を楽しもう！

NEW 9月18日(金)10:00～※要申込
おいしい「しいたけ」をおうちで育てる
『きのこ栽培キット』を使います！
定員：6名 参加費：750円

み あんさんぶるコンサート

9月25日(金)10:00～ ※要申込
マリンバとヴァイオリンのハーモニー
北山結香さん、花村裕美さんの演奏です

み 終活講座①

NEW 10月2日(金)10:00～※要申込
～これからの人生を安心して楽しむために～
整理、エンディングノートなど、
気になることを分かりやすく学びながら、
未来への備えを一緒に考えてみませんか？

み ミステリーウォーキング

10月13日(火)9:30集合 ※要申込
ウォーキングをして、おいしいお弁当をみんなで
一緒に食べましょう♪ 9/14(月) から受付開始
定員：20名 参加費：300円

「みなみひろばギャラリー」予定

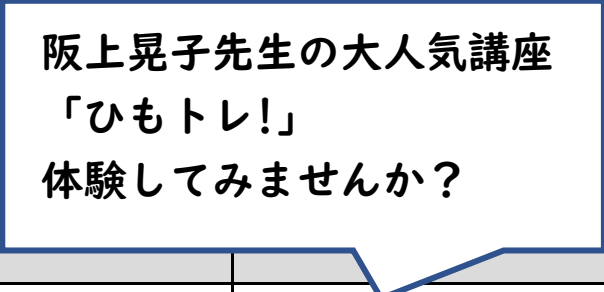
9/12(土)～9/25(金) 北原町会

K・Hさん「手作り作品展」

9/26(土)～10/9(金) みなみひろば

「ぬり絵たいむ」の皆さんの「ぬり絵展」

9月の行事予定

日	曜	芳川福祉ひろば Tel & Fax 57-0168		みなみ福祉ひろば Tel 86-1055		公民館 Tel 58-2034 Fax 85-1057
1	火	おとなのぬり絵		いきひゃくエルダー	エルダーたいむ	
2	水	明治安田生命ファブリックパネルを作ろう		手形足型DAY! 9:30~		
3	木	太極拳	エルダーたいむ		ゆったりほっこりヨーガ	全館清掃、日本語教室
4	金	シネマ(ひろばにお問い合わせください)		 9/10(木) フェイスマッサージ講座 セルフリンパマッサージで、-5歳に! 講師:小平富江先生 定員10名 ※要申込 持ち物:顔全体が映る鏡		
5	土					フリースペース開放、芳川スポーツナイト
6	日					バドミントン体験会
7	月	手芸・虹の会	囲碁・マージャン	手しごと会 9:30~		いきいき百歳体操
8	火		ハンドバル	いきひゃくエルダー	エルダーたいむ	
9	水	ママパパ教室		楽しいハワイアンフラ		健康体操ぽかとれ、芳川スポーツナイト
10	木	ぴんころ	エルダーたいむ	 フェイスマッサージ講座 13:30~		いきいき脳活サロン、日本語教室
11	金	ひよっこ体操	ハンドメイドたいむ	多肉植物寄せ植え講座② 9:30~		
12	土					フリースペース開放 (PMのみ)
13	日					
14	月	スマホ相談たいむ	囲碁・マージャン大会	ふれ健「ひまわりの会」13:30~		いきいき百歳体操
15	火	男厨会		いきひゃくエルダー	エルダーたいむ	
16	水	ぽかぽか	ぽかぽか工作		ぬり絵たいむ13:30~	
17	木	スマイル山雅	エルダーたいむ	おとなの空手10:00~		芳川シニア短期大学※、日本語教室
18	金	からだケア体操		 椎茸栽培を楽しもう! 10:00~		
19	土					フリースペース開放、芳川スポーツナイト
20	日					
21	月			 阪上晃子先生の大人気講座 「ひもトレ!」 体験してみませんか?		
22	火					
23	水					芳川スポーツナイト
24	木		エルダーたいむ	シネマ	ぴんころひろば	日本語教室
25	金	ベビーマッサージ	ぽかぽか開放日	あんさんぶるコンサート 10:00~		
26	土					フリースペース開放、芳川地区マレットゴルフ大会
27	日					
28	月	手芸・虹の会	囲碁・マージャン		全体研修(職員不在)	プレスクールぽかぽか※、いきいき百歳体操
29	火	マージャン初心者教室		いきひゃくエルダー	エルダーたいむ	
30	水	ふれ健「フレイル健診」		男衆(おとこし)の会 10:00~		

カードゲームをします!

※の詳細は、表の公民館ニュースをご覧ください。

10月前半の行事予定

1	木	太極拳	エルダーたいむ		ゆったりほっこりヨーガ	芳川シニア短期大学※、日本語教室
2	金	わいわいサロン 蒸しパン作り		終活講座10：00～	人生100年時代。 大切な人へ想いを繋ぐ 未来への準備と一緒に 学びましょう！	
3	土					フリースペース開放、芳川スポーツナイト
4	日					楽笑レクゲームの集い
						別途回覧をご確認ください！
5	月	手芸・虹の会	囲碁・マージャン	全館清掃の為休館		いきいき百歳体操
6	火	おとなのぬり絵		全館清掃の為休館		

別途回覧をご確認ください!