



岡田地区福祉ひろばだより



松本市広報 R8-1
岡田地区福祉ひろば事業推進協議会
Tel.45-5168
第361号 R8.10.1

《おしらせ》 地域によって広報配布にばらつきがあるため、今月より定員メ切の事業に関する申込みは
当月1日以降より受付開始とします。みなさま、何卒ご理解とご協力をお願いいたします。

10月 行事予定

5日(月)リフォームの会	9:30 ~
趣味の会 あみぬい	1:00 ~
6日(火)おさんぽ大好き	10:00 ~
7日(水)歌今ショー	9:30 ~ 11:30
8日(木)男組(♂)	10:00 ~
10日(土)☆蒼星バンドコンサート	1:30 ~
13日(火)体操しよう会	10:00 ~ 11:00
14日(水)歌今ショー	9:30 ~ 11:30
15日(木)ごちゃまぜカフェ	10:00 ~
19日(月)趣味の会 料理	1:30 ~
20日(火)リフォームの会	9:30 ~
趣味の会 折り紙	1:30 ~
21日(水)三水会	10:00 ~
22日(木)趣味の会 あみぬい	1:00 ~
26日(月)健康相談	9:30 ~ 11:30
28日(水)歌今ショー	9:30 ~ 11:30
28日(水)健康講座	2:00 ~

詳細は裏面『おちょやん通信』をごらんください

いきいき健康教室 6日(火) 体力測定

流行再燃

懐かしのレコード鑑賞
ステキな曲が続々

13日(火)1:30~



ふれあい健康教室

1日(木)神 沢 公 民 館	1:30
7日(水)岡 田 町 公 民 館	9:30
14日(水)伊 深 公 民 館	9:30
21日(水)塩 倉 公 民 館	9:30
22日(木)山 浦(交通安全)	9:30
22日(木)松 岡 公 民 館	9:30
28日(水)東 区 公 民 館	9:30

おさんぽ大スキ? 晴れたら

6日(火) 行先はその場で決定!?
♪ みんなでわいわいランチ♪
ひろば10時集合 もちもの:敷物・水分・おこづかい

ごちゃまぜカフェ

昭和歌謡みんなで歌って?カレーみんなで食べて?

わくちゃん歌謡ショー & カレー会

15日(木)10:00開演

カレー準備のため申込みしてね!

ルミちゃんの和菓子 レンジで簡単にできちゃう!!

栗蒸し羊羹&紅白求肥

19日(月) 1:30~ 定員12名 材料費500円

定員メ切 申込みはお早めに!

いきいき百歳体操

続けることに意義がある!!

【午後の部】
毎週水曜日1:30~
7日14日21日28日

【午前の部】
毎週金曜日9:00~
2日9日16日23日30日

「のびのびの目」

10時~17時ひろば大開放!
飲食OK! チンOK! お湯もあるよ!

今月は...
2日 9日 16日 23日 30日

《のびのびクッキング》
白ごまごきざめ & ミルクゼリー
エプロン オレンジソースかけ
三角巾 30日11:00~
持って来てね!! 申込みなし参加無料
助産師北原さんのお休み
《育児相談》

☆蒼星バンド
コンサート☆

10月10日(土)1:30開演
大会議室にて入場無料
ぜひお出かけください!!

おちゃん通信



福祉100円バス

キャッシュレス決済 実車体験会

実際にバスに乗車してキャッシュレス決済を体験してみませんか？
不安な方も職員が同行しサポートしますので気軽に参加してください。

《日 時》 10月23日(金) 集合 8:30 ~ 解散 15:10

《集合場所》 岡田公民館

《持ち物》
・福祉100円バス券
・お金 乗車料金などキャッシュレス決済に必要な金額と
昼食代

《その他》

- ・募集定員：8名程度(1回の定員)
※応募者全員が体験できるよう複数回の
実施を考えております。
- ・バスターミナルでキャッシュレス決済の
申請をします
- ・昼食(自由行動)後、松本市立博物館
(博物館まで徒歩)を見学します。
- ・帰りのバスはキャッシュレス決済で乗車します。

《申込み・問合せ》 岡田公民館：46-2313

共催：岡田地区地域づくりセンター 岡田公民館 岡田地区福祉ひろば

8:30	公民館集合
9:33	岡田出張所前バス停発
10:02	松本バスターミナル着
12:40	松本市立博物館着 見学
14:40	大名町バス停発 体験乗車
14:55	岡田出張所前バス停着後解散



食事を変える血压・血糖健康習慣 ～食生活のワンポイント～

8月に開催した健康講座の第2弾になっております。
みなさんのご参加お待ちしております。

日 時 : 10月28日(水) 午後2時～3時30分

会 場 : 岡田公民館 2階大会議室

持ち物 : 筆記用具

申込み : 岡田公民館 46-2313 または Web(URL、二次元コード)
<https://logoform.jp/f/00wEu>

問合せ : 岡田地区地域づくりセンター センター長 羽田野
担当保健師 倉田 ☎ : 46-2313



【主催】 岡田地区健康づくり推進委員会

【共催】 岡田公民館 岡田地区福祉ひろば 北部包括支援センター