



福祉ひろばでは困りごと相談をいつでも受付けています。お気軽にお越しください。
ありがとう大掃除で、ひろばがきれいになりました。ありがとうございました。



ひろば手芸の日

2027年干支の『押絵』

16日(金)13時～ 29日(木)13時～
材料費は 1300円です。



双葉会健康教室

10月8日(木)

寿台体育館にて



みんなでラジオ体操



6,13,27日(火) 9時～
室内で開催しています。

ヨガ教室

26日(月) 13時30分～

心も体も整います。

持ち物: フェイスタオル・水分・ヨガマット



ひろば体操

20日(火) 9時～

元気っぱいの先生と体を動かしましょう。

持ち物: 水分・タオル



健康ウォーキング

楽しくウォーキングしてます。

15日(木) 9時30分～



新 ひろば健康講座

21日(水) 10時～11時

今月は『お口とお薬の講座』です。

(9:30～保健師さんの健康相談)



大人の社会科見学

11月4日(水)

9時30分ひろばを出発

松原の「寿小水力発電施設」
を見学します。

松原まで、歩いていきます。

・施設内に急な階段があります！

申込は、57-1168 ひろばへ

ひろばでエクササイズ



月曜～金曜日 15時30分～16時

14, 16, 23日はお休みします。

毎日運動する習慣づくり！



居酒屋よりましょ

10月16日(金)



会場 ふれあいセンター

予約は福祉ひろばまで 57-1168

ハンドマッサージ 会場 ひろば

開催日時: 10/14(水) 10時～12時

無料です!!! 予約はひろばへ



10月寿台行事カレンダー

お問い合わせ

寿台地区福祉ひろば ☎57-1168 寿台公民館 ☎58-6561
寿台図書館 ☎58-7167(直通) 南部保健センター ☎27-3455

会 場			福祉ひろば ※活動日 変更	地区行事他	公民館	図書館	地域で見守ろう! 下校時間	
日	曜	六曜	ゴミ 収集				明善小 低学年 高学年	明善中 中学校
1	木	仏滅	燃ハ	午前 9:30-12:00 午後13:00-17:00	ふれあいセンター エコプラザ	[講座]9:30 ニュースポーツ	14:50 15:40	16:05
2	金	大安	可燃			燃ハ 百体	14:50 14:50	15:45
3	土	赤口			テラコヤ 15:00-17:00		帰宅 時間 17:30	12:25
4	日	先勝						
5	月	友引		絵手紙 13:30	ふれ おはなし畑「かたらい」 10:30	休館	14:50 14:50	
6	火	先負	可燃	みんラジ体操 9:00 卓球 13:00	日傘で日陰を作りましょう 自分の体は 自分で守る 水分をこまめに取ろう		14:50 15:40	16:30
7	水	仏滅	資源破			[人権講座]10:00-11:30 共幸講座知り合うことから始めよう	13:30 14:20	15:15
8	木	大安		漢字ナンクロ 9:30 双葉会健康教室 編み物 13:30		燃ハ 百体	14:50 15:40	16:30
9	金	赤口	可燃	ひろば手芸の日 あみつけネット 13:00		[図書館講座]10:30 お子さま向けおはなし会	14:50 14:50	16:30
10	土	先勝		囲碁・将棋 13:00	こどもハッピー食堂11:00 要予約 [食堂予約] ☎070-9441-4023	テラコヤ 15:00-17:00		
11	日	先負						
12	月	仏滅				休館		
13	火	大安	可燃	みんラジ体操 9:00 太極拳 13:00	まだ使える野菜 あります 10:00	休館	14:50 15:40	16:30
14	水	赤口	資源	ペタンク 9:30 役員会 15:00 *エクササイズ休み			13:30 14:20	15:15
15	木	先勝	燃ハ 小電	健康ウォーキング 9:30	15日充電電池回収日 透明ビニール入れて	[公民館講座]10:30 漢字検定を知る	保健師在館 9:00-12:00	14:50 15:40
16	金	友引	可燃	ひろば手芸の日 押絵 13:00	居酒屋よりましよ 18:00	燃ハ 百体	13:55 13:55	16:30
17	土	先負					12:10 12:10	
18	日	仏滅						
19	月	大安		絵手紙 13:30		保健師在館 13:30-15:30	休館	15:30
20	火	赤口	可燃	ひろば体操 9:00 卓球 13:00		肺がんCT 9:00-11:30	14:50 15:40	16:30
21	水	先勝	資源埋	ひろば健康講座 10:00 切り絵 13:00			13:30 14:20	13:40
22	木	友引	資源	編み物 13:30		燃ハ 百体	14:50 15:40	16:30
23	金	先負	可燃	*エクササイズ休み		休館	14:50 14:50	16:30
24	土	仏滅		※囲碁・将棋 お休み	テラコヤ 15:00-17:00			
25	日	大安		第50回寿台文化祭 開催時間 9:15～ 抽選受付14:20まで 抽選会14:40頃				
26	月	赤口		健康・育児相談 9:30 ヨガ教室 13:30		スマミじ手習い会 9:00	[講座申し込み] 上高地を楽しむ 9時受付開始	休館 14:50 15:30
27	火	先勝	可燃	みんラジ体操 9:00 太極拳 13:00			14:50 15:40	16:30
28	水	友引	資源大	ペタンク 9:30 認知症カフェ 13:30～15:00 (申し込みは包括支援センターへ)			12:15 12:15	15:15
29	木	先負		ひろば手芸の日 押絵 13:00			14:50 12:15	16:30
30	金	仏滅	可燃	※切り絵 13:00	寿台マルシェ 9:00-11:30	燃ハ 百体	14:50 14:50	16:30
31	土	大安						