

福祉ひろばだより 10月号



寿地区福祉ひろば Tel 57-9168



待ちに待った秋です。どんな過ごし方をしますか？ ひろば事業に参加して、一緒に楽しみませんか！
知らない人ばかりだから気が進まない、でも、次からは顔見知りになります！ 一歩踏み出しませんか！

みんなのひろば



第4回 みんなのマルシェ

日時:10月21日(水)AM10:00~12:30

会場:寿体育館と体育館南側駐車場

内容:身近なところでお買い物！

スマイルカフェも同時開催

沢山のお店屋さんでお買い物や

おしゃべりをお楽しみください！

楽団ケ・セラのミニコンサートや

フラダンスのステージもあります！

持ち物:買い物袋、上履き(下足入れ)
お財布も忘れずに！



気軽に専門職員とお話ししてみましょう！

- ・保健師さんの血圧測定(10:00~12:00)
- ・南東部包括支援センターの相談窓口
- ・地区生活支援員の相談窓口

・送迎サービス利用希望者は事前登録が必要です。早めにお申し込みください。

・駐車場に限りがありますので、乗り合わせや「のる一と」をご利用ください。



詳しくは「福祉ひろばだより号外」を見てね！
お待ちしております！

のる一と乗って、ランチに行こう！

秋を感じながら、ちょっと贅沢なランチに行きませんか？みんなとゆっくりおしゃべりしましょう。
「のる一と」の乗り方を覚えたい方、ランチを楽しみたい方、お申込みを、お待ちしております。

日時:10月28日(水) AM11:00 出発

(集合:ひろばに AM10:50)

内容:ミニウオーキング&食事(すし処 泰)他

持ち物:のる一と片道代、食事代、各自必要な物

申込〆切:10月15日(木)

※のる一と乗車代片道補助あります。



ひろば出前講座

福祉ひろばまで遠く参加しにくい皆様のために
各町内公民館に出前します。参加費は無料です

○白姫町会 10月7日(水)AM10:00~

ひろば事業「楽しめエルダー」歌とイス体操

○上瀬黒町会 10月14日(水)PM2:00~

メタボーズコンサート

○下瀬黒町会 10月16日(金)PM2:00~

アルパ(インディアンハープ)コンサート

○豊町町会 10月26日(月)PM2:00~

マリンバ&バイオリンコンサート

○寿田川町会 11月11日(水)PM2:00~

オルゴール鑑賞会

詳細は、各町会の回覧チラシをご覧ください
福祉ひろばへ 申し込みをお願いします。

各町内公民館で
お待ちしております

男性の体操教室

男性限定の講座です。色々な用具を使いながらストレッチを中心に動きやすい身体づくりを目指します。初めての方大歓迎！申込お待ちしております。

日時:10月22日(木)PM1:30~2:30

講師:荒井真理先生(健康運動指導士)

参加費:200円 体験の方は無料

持ち物:飲み物、タオル



寿地区文化祭

福祉ひろばは「くつろぎコーナー」です。

日時:11月1日(日)

AM10:00~PM2:00 まで

ゆっくりおしゃべりがしたい方も

福祉ひろばを知りたい方も

お気軽にお立ち寄りください！





地区福祉ひろば 10月 行事予定

○印は参加費200円 🚗印は送迎付(登録・申し込み制)



《申込・問い合わせ》
寿地区福祉ひろば
Tel 57-9168

日	曜日	開始	午前	開始	午後
1	木		男性の体操教室 (AMコースはお休みです)	1:30	囲碁・将棋 PM3:30~
2	金	9:30	ボランティア鮑の会 包丁研ぎ承ります	2:00	○楽しめエルダー! 🚗 / ○スポーツボイス
3	土		お一人様、2、3丁でお願いします。 申し込みの上ご持参ください。	2:30	注目! 第2回ことぶき音楽祭(寿体育館)
4	日				10月は市民歩こう運動推進強化月間です ~秋を感じに外へ出かけましょう!~
5	月		民児協定例会とふれあい会食会準備会		
6	火		ふれあい会食会		
7	水	10:00	♥白姫町会出前講座「楽しめエルダー」		
8	木	9:30	○銭太鼓	1:30	囲碁・将棋
9	金	9:30	ボランティア鮑の会		
10	土			2:00	子ども会育成会
11	日				
12	月		スポーツの日		
13	火	10:00	○ララ元気塾 (火曜日コース) 🚗 野菜市	2:00	○るんるん元気塾(PMコース)
14	水	9:30	(地)推進会議 (ひ)企画会議	2:00	♥上瀬黒町会 ひろば出前「メタボーズコンサート」
15	木	9:30	体力づくりサポーター定例会	1:30	囲碁・将棋
16	金	9:30	ボランティア鮑の会	2:00	♥下瀬黒町会 ひろば出前「アルパコンサート」
17	土				
18	日				
19	月	10:00	(地)プロジェクト会議		
20	火		詳細は 別紙全戸配布チラシ をご覧ください		PM2:00~ 絵手紙(休会)/マルシェ準備会/地区支援企画会議
21	水	10:00			みんなのひろば 🚗 みんなのマルシェ 注目! お待ちしてま〜す!
22	木	10:00	○ララ元気塾 (木曜日コース)	1:30	○男性の体操教室 (PMコース)
23	金	9:30	ボランティア鮑の会		男性のみなさま、お待ちしております。
24	土				案山子を公民館東側に展示します
25	日				
26	月			2:00	♥豊町町会 ひろば出前講座 マリンバ&バイオリン
27	火	10:00	○るんるん元気塾(AMコース)	1:30	(地)福祉部会事務局会議
28	水	10:30	食欲の秋! みんなでランチに行こう!		
29	木				
30	金		文化祭準備会		ひろば職員打ち合わせ会
31	土				



行事予定

1	日		寿地区文化祭 文化祭		
2	月				
3	火		文化の日		
4	水				
5	木	10:00	○男性の体操教室 (AMコース)	1:30	囲碁・将棋 PM3:30~
6	金	9:30	ボランティア鮑の会 包丁研ぎ承ります	2:00	○楽しめエルダー! 🚗 / ○スポーツボイス
7	土		お一人様、2、3丁でお願いします。 申し込みの上ご持参ください。		



お申込みのご連絡
お待ちしております。
どんどん参加して
活力をつけよう!
コーディネーター
井戸・山内

寿公民館だより 裏面参照