

芳川 ひろばだより7月号

芳川地区福祉ひろばの
公式LINE

開設しました！

ラインのホーム
お友達追加から
QRコード読み取りで
お友達追加できます。



太極拳

7月7日(木) 10:00~

講師 斉藤 明美 先生



ぴんころ健康ひろば

★凝ったカラダをほぐしましょう★

7月14日(木) 10:00~

講師 荒井 真理 先生

※ひろばにお申込みください※

ひろばシネマ

7月15日(金)

9:30~「キネマの神様」

監督:山田洋二

出演:沢田研二、菅田将暉 ほか

13:30~「梅切らぬバカ」

出演:加賀まりこ、塚地武雅 ほか

エルダーたいむ

涼しい

暑い午後には

ひろばで体を動かしましょう！

イスに座ってできるストレッチや、音楽に合わせた運動を中心に、脳トレなど行います。

7月 7、14、21、28日

13:30~15:30(フリータイム制)

◎都合に合わせて出入り自由です◎

ゆったりヨガ

7月8日(金) 10:30~

~エルダーシステムを使った

ヨガや筋トレで体をほぐしましょう~

※ひろばにお申込みください※

ふれあい健康教室

7月27日(水) 9:30~

★楽しく学ぶ交通安全教室★

~分かりやすい寸劇で
お楽しみください~

申込は不要です！

お気軽にどうぞ

ひろばへお越しください



ほかほか・特別講座

「あつまれ！

パウダーマグネット作り」

8月5日(金) 10:00~

キラキラのパウダー(色砂)を
使って型抜きマグネットを作り
ます。夏休み中のお子さんと

一緒にいかがですか？ 材料費:300円、定員9組

2種類から選べます。 ※ひろばにお申込みください※



熱中症に 気を付けよう！

ひろばで
涼んで
いってね☆

こまめな水分補給

エアコンの活用

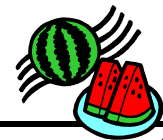
体調と相談 など

シカセギン
芳川地区
イメージキャラクター





7月の行事予定



日	曜	行事予定 (9:30~)	行事予定 (13:30~)
1	金	あつまれ! 保育コンシェルジュ(10:30~) / ぽかぽか開放日(~16:30)	
4	月	手芸・虹の会	囲碁
5	火	おとなのぬり絵(10:00~)	
6	水	ふれあいウォーク①「松本城と周辺」	職員研修
7	木	太極拳(10:00~)	エルダーたいむ(13:30~15:30)
8	金	ゆったりヨガ(10:30~) ぽかぽか開放日(~16:30)	
11	月		マーじゃん開放日 囲碁
12	火	ふれあいウォーク② いきいきデータ転送	ハンドベル
13	水	ふれあいウォーク③「あがたの森方面」	
14	木	ぴんころ健康ひろば(10:00~)	エルダーたいむ 村井町ふれ健
15	金	シネマ「キネマの神様」	シネマ「梅切らぬバカ」
19	火	平田ふれ健	
20	水	ぽかぽかくらぶ(10:00~)	ぽかぽか開放日
21	木		エルダーたいむ(13:30~15:30)
22	金	ぽかぽか開放日(~16:30)	
25	月	手芸・虹の会	マーじゃん開放日 囲碁
26	火	男性の料理教室	ハンドベル
27	水	ふれあい健康教室「大人の交通安全教室」	
28	木		エルダーたいむ(13:30~15:30)
29	金		



8月前半の行事予定



1	月	手芸・虹の会	囲碁
2	火	おとなのぬり絵(10:00~)	
3	水		
4	木	太極拳(10:00~)	エルダーたいむ(13:30~15:30)
5	金	あつまれ! パウダーマグネット作り(10:30~) / ぽかぽか開放日(~16:30)	
8	月		マーじゃん開放日 囲碁
9	火	いきいきデータ転送	ハンドベル
10	水		
11	木	山の日	
12	金		