

5月 城北ひろばだより



NO. 277

城北地区福祉ひろば事業推進協議会 TEL36-0168

風薫る五月、松本が美しく輝く季節の始まりです！家のなかにいるなんてもったいない！外に出て、木々の若芽や、色とりどりの花々をながめませんか？ ついでに！ひろばにもお寄りくださいね！



春のウォーキング大会



20日(土) 9時20分城北公民館集合

城北福祉ひろば・城北公民館

公民館体育部・健康の部会共催

1. お城コース (2.5km)



☆持ち物： 帽子 タオル等

2. 街並みコース (4km)

☆参加費:無料(終了後ひろばで軽食を食べていただく予定です)

3. 坂道コース (5km)

お好きなコースを選んで、城北公民館 窓口又は

4. 中央コース (6km)

お電話にてお申込みください。

★雨天時は室内でストレッチ等行います★

締切16日(火) (☎38-0120 又は 36-016)

サロン「花夢歌夢亭」 11日(木)10:00

昭和・平成歌謡全集



昭和・平成で活躍した有名歌手が大集合！
紅白歌合戦では常連の顔ぶれです！お楽しみ

ふれあい健康教室 24日(水)9:30

今月の担当 : 西町・堂町 町会

体操、歌のあと、担当町会企画の楽しい
レクリエーションでお楽しみください
心配事のあるかたは別室で
健康相談・物忘れ相談ができます。

◇◇◇来月の担当は 蟻ヶ崎台町会です。◇◇◇

掲示板

◎ のびのび開放日 16日(火) 10:00~12:00

未就園児にひろばを開放します。
走っても飛び跳ねてもOKですよ

◎ひろばサロン 31日(水) 10:00~

エルダーで身体と頭を動かしましょう！

レストラン「夢」 17日(水) 11:50

城北のお母さんたちが朝から煮込んだ



愛情いっぱいのカレーです！

一皿200円(大盛、小盛、選べま

きさ「千客万来」19日(金)10:30開店~12:30

* 12:00までにお入りください

*スイーツセット 100円

*スイーツのみ、飲物のみ 50円

昼食時 パン、いなり寿司等の販売あります。
(サービスで美味しいお味噌汁が付きます)

のびのびひろば 26日(金) 10:00~

「木のおもちゃであそぼう」

ぬくもりある木のおもちゃを

紹介していただきます。

定番のつみき・ブロックから、

海外の珍しいおもちゃまで…

みんなで遊んでみませんか？



*孫育てをしていらっしゃる

おじいちゃん、おばちゃんも大歓迎です！

＜ 5月 ひろば事業及び利用予定＞

日	曜日	ひろば事業	サークル及び関係団体	
			午前	午後
1	月		てんとうむし	北馬場町会同好会
2	火	ベルの会 9:30		健康麻雀倶楽部
3	水	祝日		
4	木	祝日		
5	金	祝日		
8	月		彩の会	
9	火	手づくりの会 10:00		健康麻雀倶楽部
10	水		家庭料理「すずらん」	
11	木	サロン「花夢歌夢亭」 10:00		ハナミズキ
12	金	いきいき健康ひろば 9:00	なつめの会(講座室)	銭太鼓「麗音」
				城北棋友会(講義室)
15	月		てんとうむし	北馬場町会同好会
16	火	のびのび開放日 10:00		健康麻雀倶楽部
17	水	レストラン「夢」 11:50		
18	木	ストレッチ体操 10:00	ひまわり(視聴覚室)	
19	金	きっさ「千客万来」 10:30		
20	土	ウォーキング大会 9:20		
22	月		彩の会	
23	火	手づくりの会 13:30		
24	水	ふれあい健康教室 9:30		銭太鼓「麗音」
25	木	ストレッチ体操 10:00		ハナミズキ
26	金	のびのびひろば 10:00	なつめの会(講座室)	城北棋友会
29	月			
30	火			
31	水	ひろばサロン 10:00		

＜ 6月前半の予定＞

1	木	ストレッチ体操 10:00		
		井戸端会議 13:30		
2	金	いきいき健康ひろば 10:00		
5	月		てんとうむし	北馬場町会同好会
6	火	ベルの会 9:30		健康麻雀倶楽部
7	水	のびのび開放日 10:00		キーボードの会
		ひろば委員会 13:30		

【出張ふれあい健康教室】

8日(月) 蟻ヶ崎北公民館
26日(金) 蟻ヶ崎台公民館

「北ふれあいホーム」パンの販売



19日(金) 午前11:30
24日(水) 午前11:15

【今月の カフェ すいれん 開店日】 開店時間 10時～ 参加費 100円

誰もが気楽に集まり、安心して過ごせる場です。どなたでもお越しください。

9日(火) 沢村公民館
♪ 5台のキーボードの演奏

23日(火) 白金町公民館
♪ エレクトーンの演奏

今後の状況によっては中止になる可能性があります。ご了承ください。