

福祉ひろばだより



令和5年(2023年)年5月1日
大手3丁目8番1号
大手公民館 TEL 39-5711
<ote-k@city.matsumoto.lg.jp>
ひろば TEL 39-5168
<chuou@fukushihiroba.com>

爽やかに澄み渡る空の下、鯉のぼりが気持ちよさそうに泳いでいます
お出かけしやすい季節です ひろば事業にもぜひお越しください
ぶらっと立ち寄っていただき、お好きなことができる「ぶらっとひろば」、
大好評の「いきいき百歳体操体験会」もありますよ お待ちしています♪



<折り紙講座>



祭日にあたるためお休みです

来月は6月2日(第1金)を予定しています



<健康ひろば>

祭日にあたるためお休みです

来月は6月2日(第1金)を予定しています

《ふれあい健康教室》

◆5月18日(第3木)午後1時30分より
「相澤東病院 出張健康教室」

◆歌うことで脳が若返る! 皆で楽しく音楽療法

◆最後まで食を楽しむための嚥下体操

健康相談・血圧測定もあります



5月のお当番は

町会長 : 北原嗣正さん・奥田正男さん・望月益榮さん

ボランティア部会: 武居加代子さん

民生委員 : 長谷川和恵さんです よろしくお願ひします



【高齢者福祉入浴券 交付のお知らせ】

本年度から通年 ひろばでも受付することになりました
本人確認書類(運転免許証、運転経歴証明書、在留カード、
マイナンバーカード、100円バス券、健康保険証、診察券など)を
お持ちください

<中央っ子ひろば>

「歯のお話&7千相談会」

5月17日(水)午前10時から

歯科衛生士さんによる乳幼児期の大事な歯のお話
保健師さんもらっしやいますので、成長・発達の
相談もできますよ お気軽にご参加ください!

定員 未就園児の親子 6組限定

申込み 5月15日(月)までにお電話(39-5168)で
お申し込みください



5月のサロン

ひろば喫茶



5月11日(木)午後2時~4時

飲み物おかわり自由 100円(お菓子付)

お当番はお休みとします

《まちなか探訪》

5月19日(第3金)午後4時30分ひろばに集合

5月の「まちなか探訪」は..



サングラスがトレードマークのあの方が
松本をフラッと散歩したあのコース♪
実際に案内されたご担当者をお迎えして、
楽しいお話を聞きながら散策します

(小雨決行)

先着 15名 お申し込みはひろばまで

TEL 39-5168



令和5年5月 中央地区イベントカレンダー

日	曜日	ひろば事業（参加自由）・サークル		地区行事・公民館講座等
		午前（10:00～）	午後（13:30～）	
1	月		楽碁会	9:30 いきいき元気大学 18:00 館報編集委員会
2	火		歌のひろば	
3	水	憲法記念日		
4	木	みどりの日		
5	金	こどもの日		
6	土			
7	日		カラオケ会(「ロ」;)!!おしゃべりタイム	
8	月	ひろば企画委員会(9:15)	楽碁会	10:30 社協・公民館運営委員会 13:30 歌唱講座
9	火	いきいき百歳体操体験(10:00)	歌のひろば	
10	水	子育てひろば(9:00～)	ぶらっとひろば	城西花壇草取り(ボランティア部会) 14:20 中央っ子見守り(育成会) 15:00 かかわり隊会議
11	木		サロン喫茶/お達者雀	13:00 健康ステップ(大会議室)
12	金		スポーツボイス	
14	日			
15	月	ぶらっとひろば 	楽碁会	
16	火	体カづくりサポーター(9:30)	歌のひろば	10:00 フレイル予防講座 15:00 町会連合会町会長会議 16:00 三会同定期総会 18:00 懇親会
17	水	中央っ子ひろば	健康ステップ	人権啓発視察研修
18	木		ふれあい健康教室(相澤東HP)	
19	金	縁側の日(大人のぬりえ)	お達者雀/まちなか探訪	18:00 居酒屋公民館
20	土			城西花壇草取り(ボランティア部会)
21	日		カラオケの会(「ロ」;)!!おしゃべりタイム	
22	月		楽碁会	13:30 歌唱講座
23	火		歌のひろば	
24	水	子育てひろば(9:00～)	健康ステップ	
25	木		お達者雀	13:30 かんたん体操コース
26	金	ペタンクの会	カラオケの会	
28	日		カラオケの会(「ロ」;)!!	
29	月	ミュージックベル	楽碁会	9:30 いきいき元気大学
30	火		歌のひろば	
31	水	子育てひろば(9:00～)	健康ステップ	



令和5年6月前半の予定

1	木	ひろば企画委員会(9:15)	お達者雀	10:30 地区社協・公民館運営委員会
2	金	折り紙講座	健康ひろば/ペタンクの会	
4	日		カラオケの会(「ロ」;)!!おしゃべりタイム	
5	月	ぶらっとひろば	楽碁会	9:30 いきいき元気大学
6	火		歌のひろば	10:00 フレイル予防講座
7	水	子育てひろば(9:00～)	ぶらっとひろば	

《6月のふれあい健康教室は...》
第一地区との交流会を予定しています
お楽しみに！！

