

回 覧

令和 6 年



庄内地区



松本市広報 R6-5
庄内地区福祉ひろば
事業推進協議会
TEL 27-8373

福祉ひろばだより



◎4月のひろばの集い◎

『賢い消費者になるために』

身近なお話、クーリングオフってなに？等々知っていれば必ず役立つお話です、小冊子プレゼント、ぜひ参加ください。



日 時：4月17日（水曜日）午後1時30分～

講 師：松本市消費生活センター



◎4月のふれあい健康教室◎

『寝つきを良くするストレッチ』



日 時：4月22日（月曜日）午前9時30分～

講 師：森 貴代美 先生

持ち物：タオル・水分



らくらく立ち座り体操

日 時：4月23日（火曜日）
午後 1時30分～3時

持ち物：水分・タオル

動きやすい服装

足腰元気でいたいですね。



エルダーやるだー♡

日 時：4月25日（木曜日）
午前 9時30分～

持ち物：水分・タオル

動きやすい服装

脳トレ、ストレッチを楽しく行います。
エルダーって何？と思ったらぜひ
見学に来てください



5月 お友達ほしい方大募集！

育児サークル やんちゃくらぶ

月1回お友達と一緒に活動します。

詳しくは5月回覧を参照ください。



募集中

庄内地区福祉ひろばの送迎ボランティアを
募集しています。詳しくはひろばまで、連
絡お待ちしております。☎27-8373

令和6年度 松本市高齢者福祉入浴券交付の受付開始です。庄内地区福祉ひろばでも申請できます。

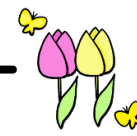
対象者：松本市に住民登録がある、昭和29年4月1日以前に出生された満70歳以上の方

令和6年度中に70歳になられた方は、交付対象になりません。






庄内地区福祉ひろば行事予定カレンダー



お散歩ついでにひろばの桜も見に来ませんか？

月	火	水	木	金
1 	2 9:30~10:30 高齢者体操 (スウェーデンに学ぶ) 13:30~15:30 茶道(松籟の会)	3  13:30~16:00 カラオケ	4  13:30~15:30 ゆう花の会	5 <u>卓球 9:30~11:30</u> 9:30~11:30 昭和趣味の会 13:30~15:30 書道(毛筆を楽しもう)
8 <u>卓球 9:30~11:30</u> 	9 9:30~10:30 高齢者体操 (スウェーデンに学ぶ)	10 <u>卓球 9:30~11:30</u> 10:00~11:30 ★ストレッチ体操 13:30~15:30 いきいき健康ひろば	11 13:30~15:30 ★ものづくり講座 『ビオラの寄せ植え』を作ります。	12 <u>卓球 9:30~11:30</u> 9:30~10:30 童謡唱歌の会 13:30~15:30 ★さわやか健康クラブ
15 <u>卓球 9:30~11:30</u>	16 9:30~10:30 高齢者体操 (スウェーデンに学ぶ) 13:30~15:30 茶道(松籟の会)	17 <u>卓球 9:30~11:30</u> 知って安心、賢い消費者になりましょう！！ 13:30~15:30 ★ひろばの集い	18 13:30~15:30 ゆう花の会	19 <u>卓球 9:30~11:30</u> 9:30~11:30 昭和趣味の会 13:30~15:30 書道(毛筆を楽しもう)
22 9:30~11:30 ★ふれあい健康教室 健康は良い眠りから 	23 9:30~10:30 高齢者体操 (スウェーデンに学ぶ) 13:30~15:00 ★らくらく立ち座り体操	24 <u>卓球 9:30~11:30</u> 足腰いつまでも元気でいたいですね！！ 13:30~16:00 カラオケ 	25 9:30~10:30 ★エルダーやるだー♡ 	26 <u>卓球 9:30~11:30</u> 9:30~10:30 童謡唱歌の会 
29 昭和の日 お休み 	30 9:00~11:00 歩こう会 	5/1 <u>卓球 9:30~11:30</u>  13:30~16:00 カラオケ	2  13:30~15:30 ゆう花の会	3 憲法記念日 お休み 

お願い
掲載されている事業・サークルは状況により中止・延期になる場合があります。尚、★印のついた事業は事前にお申し込みが必要となります。不明な点等お問い合わせはひろばまでお願い致します。
☎ 27-8373 

ひろばサークル紹介 & 参加者募集
毎週火曜日 (第5週休み)
午前9時30分より
『高齢者体操』
ビデオを観ながら高齢者向けの体操を行います、その後ストレッチして終了です。各々自分のペースで体を動かしたり休んだりしています。
第1、第3火曜日
午後1時30分より
『茶道』
講師はいませんが、仲間同士教え合いながらお茶を点てています。点てたお茶にお菓子を添えてゆったりと活動しています。