

全戸配布

2月 四賀地区福祉ひろばだより



ふだんの
くらしの
しあわせづくり



2月3日は節分ですね。節分の行事として知られているのが「豆まき」です。

無病息災を祈り、皆さんの健康維持のために、ひろば活動で交流して、楽しく健康に過ごしましょう♪

ふれあい健康教室

日時：2月14日(火) 午前9時30分～
会場：ピナスホール



『高齢者交通安全教室』
交通安全教育車のチャレンジ号の体験
寸劇・腹話術
血圧測定・健康相談もあります。

★当日ペットボトルのお茶と小分けにしたお菓子を配ります。
(注)お出掛け前の検温とマスク着用をお願いします。
※申し込み不要ですので、どなたでも参加できます。



四賀地区 健康相談

保健師が対応します！
お気軽に相談して下さい。

日時：2月6日(月)
午前10時～11時30分
場所：四賀支所2階



男子休憩室



ひろば喫茶「てまり」開店

ボランティアてまり会の皆さん運営

日時：2月16日(木)
午後1時30分～午後3時



場所：「福祉ひろば」にて開催
飲み物代100円 コーヒー・紅茶等

(注)マスク着用・各自、体調管理をお願いします！

熟年体育大学いきいき健康ひろばコース
インターバル速歩トレーニングデータ転送の日

日時：2月9日(木) 午後1時30分～
データ転送・運動指導・軽運動(筋トレ・ストレッチ等)

★健康づくりに興味のある方の見学も出来ますの
ひろばまで連絡ください！！



おとこ倶楽部

... 仮か号号作判餃子 ...

日時：2月20日(月) 午前9時30分～
場所：調理実習室

持ち物：エプロン、三角巾、手袋
持ち帰り用容器

会費：経費÷人数

☆のし棒はこちらで用意します。
参加される方は2月13日(月)までに必ず申込みください。
不明な点がございましたら、ひろばまでお問合せ下さい。

2月・出前ふれあい健康教室

★2月18日(土) 井刈町会 10:00～



※当日ペットボトルのお茶と小分けにしたお菓子を配ります。
(注)マスク着用の上、体調管理をお願いします！

エルダー体験・どなたでも参加可能です

日時：①2月2日(木) 午後2:15～ 百歳体操終了後
②2月6日(月) 午前9:45～ 百歳体操終了後
★エルダーシステムによる脳トレ等を15分位やります。ご参加ください。



四賀小3年生との授業交流会 ～地域の方との交流会～

日時：2月24日(金)
午前11時～12時
会場：四賀小学校多目的室



※直接、四賀小学校多目的室へ午前10時50分までにお集まりください。

地域に暮らす子供達との交流を深め、四賀の子供達がどのような授業をしているのか？
地域の人に知って頂く良い機会にもなります。
都合のつく方はどなたでもご参加ください。

※参加出来る方は、ひろば64-3114へ2月20日(月)までに
申込みをお願いします！

四賀探訪ウォーキング

日時：2月28日(火) 午前9時30分～
場所：明科廃線敷(城山公園入口駐車場集合)



☆参加出来る方は、ひろばまたは公民館まで申込みをお願いします。当日、参加出来る方も大歓迎です。

2月福祉ひろば事業＊サークル利用予定表

どなたでもご参加できます。
見学OK!!お問い合わせ下さい

日	曜日		午前(9時30分～)	午後(1時30分～)	夜間(7時30分～)
1	水		エコクラフト	3B体操 囲碁の会(会)13:00～	
2	木		手芸サークル	百歳体操 13:30～ エルダー体験 14:15～	健康スポーツクラブ 19:40(ピナス)
3	金			膝にこにこクラブ 福寿会(301)13:00～	
4	土				
5	日				
6	月		百歳体操 9:00～ エルダー体験 9:45～		四賀混声合唱団
7	火			碓の会	
8	水		パッチワーク教室	すずむし会・囲碁の会(会)13:00～ 健康マーじゃん(会)13:00～	
9	木	いきいき健康ひろば 13:30～	手芸サークル	百歳体操 13:30～	健康スポーツクラブ 19:40(ピナス)
10	金		太極拳教室	膝にこにこクラブ 福寿会(301)13:00～	
11	土		スワンキャンベル10:00～		
12	日				
13	月		短歌教室 10:00～ 百歳体操 9:00～		四賀混声合唱団
14	火	ふれあい健康教室(ピナス)9:30～ 民生児童委員会 13:30～		絵手紙教室	
15	水		エコクラフト	囲碁の会 13:00～	
16	木	ひろば喫茶「てまり」開店13:30～	ボランティア・てまり会(調)	ボランティア・てまり会(調) カトリアクラブ(会)13:00～	健康スポーツクラブ 19:40(ピナス)
17	金			膝にこにこクラブ 福寿会(301)13:00～	
18	土	井刈町会出前ふれあい健康教室 10:00～	一の会 10:00～ 夢おはなしの会(会)10:00		
19	日				
20	月		スマホサークル 9:00～	いけばな池坊	四賀混声合唱団
21	火	支援企画会議10:00～ 四賀小応援団運営委員会②		碓の会	
22	水	体力づくりサポーター地区集会	パッチワーク教室(会)	すずむし会・囲碁の会(会)13:00～ 健康マーじゃん(会)13:00～	
23	木	天皇誕生日			健康スポーツクラブ 19:40(ピナス)
24	金	四賀小3年生との授業交流会 11:00～12:00	太極拳教室	膝にこにこクラブ 着物を楽しむ会(301)	
25	土		スワンキャンベル10:00～		
26	日				
27	月		短歌教室 10:00～ 百歳体操 9:00～		四賀混声合唱団
28	火	四賀探訪ウォーキング 9:30～	オレンジ会 10:00～	すずむし会 絵手紙教室(会)	