

2月 城北ひろばだより

NO. 274

城北地区福祉ひろば事業推進協議会 Tel.36-0168

すっかり冬景色の2月、寒さもピークを迎えています。空気の乾燥も気になる季節です。お部屋で過ごす時間が多いと思いますが、湿度にも気を配りましょう。ひろばではコロナ感染予防対策をしっかりと皆様をお待ちしています。「笑う門には福来る！」ひろばに笑いに来てくださいね！

井戸端会議 2日(木)13:30~

長野県自動車販売店協会の皆さんによる
「交通安全教室」をお届けします。
楽しい寸劇や腹話術で
今一度正しい交通ルールを
.....確認しましょう。



3月の井戸端会議は... 2日(木)13:30~
「ゆずりは」による朗読会です。



レストラン「夢」 15日(水)11:50開店

机の配置・座席の間隔等ご協力ありがとうございます
サポート隊のメンバーが
朝から大鍋で煮込んだ自慢のカレーライス
を

是非ご賞味ください。!
大盛・中盛すべて 一皿200円で



ふれあい健康教室 22日(水)9:30~

今月の担当:白金町会

歌あり、体操あり、レクリエーションあり
老若男女どなたでも予約なしで参加できます。
保健師による血圧測定と健康相談、
包括支援センターによる物忘れ相談会もあります。
参加して冬場の運動不足解消しませんか?



3月は徒士町・旗町の担当です。

サロン「花夢歌夢亭」 9日(木)10:00~



昭和の思い出のメロディー
☆童謡・唱歌集
☆歌謡曲集

貴重な当時の映像とともに楽しみください。
一緒に口ずさめば思い出が鮮やかによみがえる...



きっさ「千客万来」

17日(金) 10:30開店~12:30



引き続き感染予防にご協力ください
お家にこもってばかりいないで、
たまには少しおしゃべりしませんか?



スイーツと温かい飲物 セットで100円です
11:30頃から北ふれあいのパン
じんべえさんのいなり・ちらし 販売しま

のびのびひろば 24日(金)10:00~

おひなさまを作ろう

☆ミニ工作でおひなさまを作ります
持物：お子さんの飲物
お手拭き
定員：8組の親子
申込締切：17日(金)

申込み
してね!



◆ ◆ 伝言板 ◆ ◆

♡のびのび開放日

1日(水)・21日(火) 10時~12時

ひろばは 床暖房でポカポカです。はだしになって思いっきり遊びましょう。
飛び跳ねても走り回ってもOKですよ!



＜ 2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	水	のびのび開放日 10:00 ひろば委員会 13:30		キーボードの会
2	木	ストレッチ体操 10:00 井戸端会議 13:30	ひまわり(講義室)	
3	金	いきいき健康ひろば 9:00		
6	月		てんとうむし	
7	火	ベルの会 9:30		健康麻雀倶楽部
8	水		家庭料理「すずらん」	
9	木	サロン「花夢歌夢亭」 10:00		ハナミズキ
10	金	ストレッチ体操 10:00		銭太鼓「麗音」 城北棋友会(視聴覚室)
13	月		彩の会	
14	火	手づくりの会 10:00		健康麻雀倶楽部
15	水	レストラン「夢」 11:50 		
16	木		ひまわり	体力づくりサポーター地区集会
17	金	きっさ「千客万来」 10:30 		
20	月		てんとうむし	
21	火	のびのび開放日 10:00		健康麻雀倶楽部
22	水	ふれあい健康教室 9:30		銭太鼓「麗音」
23	(木)	祝日		
24	金	のびのびひろば 10:00		城北棋友会
27	月		彩の会	
28	火	手づくりの会 13:00		

＜ 3月前半の予定＞



1	水	のびのび開放日 10:00 ひろば委員会 13:30		キーボードの会
2	木	ストレッチ体操 10:00 井戸端会議 13:30	ひまわり(講義室)	
3	金	いきいき健康ひろば 9:00		
6	月		てんとうむし	
7	火	ベルの会 9:30		健康麻雀倶楽部

【出張ふれあい健康教室】

20日(月) 沢村公民館

「北ふれあいホーム」パンの販売

17日(金) 午前11:30

22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。

14日(火) 沢村公民館

28日(火) 白金町公民館



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。