

回 覧

令和5年



庄内地区 福祉ひろばだより

松本市広報 R5-3
庄内地区福祉ひろば
事業推進協議会
TEL 27-8373

ものづくり講座

～指先を使って認知症予防～

和紙で作る

あとりえ飾り

日 時：4月13日（木曜日）

午前9時30分～

参加費：500円

定 員：15名

※ひろばへお申し込みください



★お友達ほしい方 大募集！

育児サークル

やんちゃくらぶ



『初回顔合せ&登録』

日 時：4月17日（月曜日）

午前10時00分～12時

持ち物：会費前期分600円

<ひろばの集い>

ゆったりリラクゼーション

日 時：4月19日（水曜日）

午後13時30分～

講 師：荒井 真理さん

<ふれあい健康教室>

マリンバ演奏会

日 時：4月24日（月曜日）

午前9時30分～

講 師：北山 結香さん

ハンギングバスケット講座

日 時：5月9日（火曜日）午後13時30分～

講 師：竹下 光重先生

岩本 真美先生

参加費：2000円

※R3年の講座に参加された方で

容器を持参できる方は1500円

になります。

定 員：15名

★受付開始：4月17日（月曜日）

★締め切り：5月 1日（月曜日）

★ひろばへお申し込みください。



お知らせ

ひざ痛予防運動が新しくなって・・・

<*らくらく立ち座り体操*>が始まります！！

5月23日（火曜日）13時30分～

詳しい内容については来月のひろば便りと別紙回覧で

ご確認ください。






庄内地区福祉ひろば行事予定カレンダー




今年度も楽しい事業を予定しています、ぜひ参加ください、お待ちしております

月	火	水	木	金
3 卓球 お休み 	4 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)	5 卓球 お休み 13:30~16:00 カラオケ 	6 13:30~15:30 ゆう花の会	7 9:30~11:30 昭和趣味の会 13:30~15:30 書道(毛筆を楽しもう)
10 卓球 9:30~11:30	11 9:30~10:30 高齢者体操 (スウェーデンに学ぶ)	12 卓球 9:30~11:30 10:00~11:30 ★ストレッチ体操	13 9:30~11:30 ★ものづくり講座 カラフルな色とかわいい図案を楽しみながら作りましょう	14 卓球 9:30~11:30 9:30~10:30 童謡唱歌の会 13:30~15:30 さわやか健康クラブ
17 卓球 9:30~11:30 10:00~12:00 ★やんちゃくらぶ 気軽に参加してみませんか？ みんなで一緒に楽しもう？	18 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)	19 卓球 9:30~11:30 ゆったり身体を動かしましょう！！ 13:30~15:30 ★ひろばの集い 	20  13:30~15:30 ゆう花の会	21 卓球 9:30~11:30 9:30~11:30 昭和趣味の会 13:30~15:30 書道(毛筆を楽しもう)
24 9:30~11:30 ★ふれあい健康教室 マリンバ演奏会です。 ぜひ、参加ください。	25 9:30~10:30 高齢者体操 (スウェーデンに学ぶ)	26 卓球 9:30~11:30 13:30~16:00 カラオケ	27 9:30~10:30 ★エルダーやるだー♡	28 卓球 9:30~11:30 9:30~10:30 童謡唱歌の会 9:00~11:00 歩こう会 
5/1 卓球 9:30~11:30 10:00~12:00 ★やんちゃくらぶ	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 憲法記念日 お休み 	4 みどりの日 お休み 	5 こどもの日 お休み 

お知らせ
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いたします。
☎ 27-8373



『★ハンキングバスケット講座』
5月9日(火)
お楽しみに！！
詳しくは表面参照申込みお待ちしております。



『★らくらく立ち座り体操』
ひざ痛予防運動がリニューアルしました。5月23日より実施します。皆で楽しく足腰鍛えましょう。

