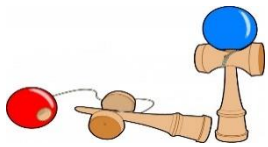
集まれ！福祉ひろばへ♪

ふれあい健康教室

日　時　5月12日(金)　午前10時20分～11時20分
場　所　文化センター夢の森(福祉ひろば)
内　容　けん玉を使った健康体操　作業療法士　原佑輔さん



けん玉を使って楽しく体を動かしましょう。フレイル予防にもなります。けん玉ができなくても大丈夫です。
自車でお越しの方は、ご近所、お友達を誘っておでかけください。

※ 市営バスを使ってひろば事業に参加してください。
4月1日より、市営バスの時刻が変更になりました。

- **川　浦　　午前9時10分発 ➡ 文化センター夢の森　午前9時30分着**
- **奈川渡ダム　午前9時54分発 ➡ JA スタンド横　午前10時7分 ➡ 文化センター夢の森　午前10時10分着**

（最寄りのバス停で乗車してください。ご不明な点はひろばまでお問い合わせください。）

帰りは次のバスをご利用ください。

- **文化センター夢の森　午前11時41分発 ➡ 川　浦　午前12時10分着**
- **文化センター夢の森　午前11時57分発 ➡ 黒川渡　午前11時59分着 ➡ 波田方面行**

出張ミニ ふ れ 健

金原公会堂　5月　9日(火)　午後1時30分～
屋形原公会堂　5月22日(月)　午後1時30分～

手作り教室(寄せ植え)

日　時　5月31日(水)　午前9時～
場　所　文化センター夢の森
（福祉ひろば）
講　師　竹下光重　先生
持ち物　エプロン、はさみ
会　費　1，500円
申込み　5月15日(月)までに、福祉ひろば
(☎79－2959)へ。

健康とくらしの相談日

日　時　5月22日(月)
午前10時～
場　所　文化センター夢の森
（福祉ひろば）

※ 保健師・包括支援センター職員が
秘密厳守で対応します。
どんなことでもご相談ください。

サークルからのお知らせ（いき百奈川の会）

いきいき百歳体操をやっています。ご近所・お友達を誘ってお気軽にお出かけください。

- 毎週火曜日(5月2、9、16、23、30日)
- 時　間　午前10時20分～
- 場　所　文化センター夢の森(福祉ひろば)

6月の手作り教室のお知らせ（和紙を使った小物入れ）

日　時　6月14日(水)
午前10時20分～
場　所　文化センター夢の森(福祉ひろば)
持ち物　はさみ、目打ち(ある人)、ものさし
申込み　5月19日(金)までに、福祉ひろば
(☎79－2959)へ。

奈川地区福祉ひろば事業推進協議会〔福祉ひろば　TEL：79-2959〕