

今井地区福祉 ひろばだより 6月

今井地区福祉ひろば推進協議会

令和5年6月1日 第267号 認定符号 松本市広報 R5-3

今井地区福祉ひろば TEL・FAX 50 - 3188

だんだんと暑い日が増えてきました。水分補給や体温調節、休憩はしっかりして夏本番に備えましょう！



ふれあい健康教室 「今井のみんなの発表会」

出演：銭太鼓 皐月会・ふきぼこの会
スポーツボイス今井

日時：6月8日（木）9：30

今月のふれ健はサークル発表会！皆さんの演奏や発表を楽しみながら元気も分けてもらいましょう！

ご参加お待ちしております。

送迎もぜひご利用ください！

出張販売inふれ健

時間：11：00～12：00

場所：今井公民館談話室
ふれ健に参加されなくてもお買い物だけでも大歓迎です！ぜひお気軽にお越しください。

・森のこびと

お弁当…500円 パン…100円～

お菓子（琥珀糖、焼菓子等）…100円～



自然の中でラベンダークラフト

日時：6月29日（木）出発：9：30 場所：淵庵村

参加費：1,700円【ランチ代込み】 定員：8名

講師：竹淵 那美先生（長野県薬草指導員） 持ち物：あれば剪定バサミ

申込締切：6月22日（木）

今年も寿の淵庵村へおじゃまします！ハーブや自然の中でラベンダークラフトをしてみませんか？

ラベンダーはお持ち帰り用に摘み取りもできます。お昼はお隣のドマノマさんでパスタランチをいただきます！



白馬五竜高山植物園散策

日時：7月4日（火）集合：7：50 出発：8：00

参加費：3,000円【テレキャビン往復代+ランチ代(蕎麦御膳)】

定員：先着15名（雨天決行） 持ち物：雨具、歩きやすい服装

申込締切：6月26日（月）

可憐な高山植物を見たり、初夏のアルプス平を散策しにでかけませんか？

美味しいランチもありますよ！お申し込みお待ちしております！



お茶を1本
お渡します

公民館・
体力づくり
サポーター
共催

6月14日（水）13：30～ 初夏のスカイパークウォーキング

「ウォーキングの基礎を確認しよう！」

集合場所：ピクニック広場 詳細は公民館ニュースをご覧ください！



夏の体力づくりを!

楽しく身体を動かす日

日時：6月7日(水) 19日(月)

10:00~11:30

映像と音楽を使った体操、脳トレで身体と頭を動かしましょう!

毎月開催中!

お話ししましょう

ひろば喫茶

日時：6月23日(金) 13:00~16:00

コーヒー・紅茶(お菓子付き) ... 150円

お抹茶(お菓子付き) ... 200円



喫茶メニュー価格改定のお知らせ

いつもひろば喫茶のご利用いただきありがとうございます。誠に勝手ながら、6月より一部価格改定をさせていただきます。ご迷惑をおかけしますが、今後ともひろば喫茶をよろしくお願いします。

エコキャップ運動に関するお願い

いつもエコキャップ運動にご協力いただきありがとうございます。現在持ってきていただいたキャップが汚れていることがあります。酷い汚れのものは分別作業の際に弾かれ、せっかく持ってきていただいたキャップが捨てられてしまう可能性があります。お手数をおかけしますが、できるだけ洗って乾燥させてから持ってきていただけると嬉しいです。皆さまのご理解、ご協力の程よろしく申し上げます。



ひろばサークル紹介

お仲間募集中! 詳しくは福祉ひろばまで

| | | |
|-------------|------------|--------|
| ふきぼこの会 | 第2金曜日・3火曜日 | 13:00~ |
| ちびっこ英語サークル | 第1~第3火曜日 | 16:15~ |
| プアメリア | 第2・第3土曜日 | 13:30~ |
| 葱坊主俳句会 | 第2火曜日 | 9:30~ |
| 今井を学ぶ会 | 第2・第4水曜日 | 9:30~ |
| スポーツボイス今井 | 第1・第3火曜日 | 18:30~ |
| 今井ふるさと歌留多の会 | 第2金曜日 | 19:00~ |

- ・ふきぼこの会...読み語り
- ・ちびっこ英語サークル...※冬季 未就園児向け英語
- ・プアメリア...フラダンス
- ・葱坊主俳句会...俳句会
- ・スポーツボイス...運動による発声訓練と歌唱練習
- ・今井を学ぶ会...今井の文化・歴史を学ぶ
- ・今井ふるさと歌留多の会...今井の伝統・民話等を勉強し伝えていく

春陰やとっておきよと紅茶淹れ

びゅうびゅうと風に花散る古戦場

葱坊主俳句会

（臯月の句会よ

塩原 悠

杉山 洋子

第11回漢字クイズ

今回はちょっとむずかしい？動物の漢字表記の読みです！

答えを記入したひろばだよりをひろばまでお持ちいただいた方には粗品をプレゼント！

間違っても大丈夫です。ぜひ、ひろばまでお越しください！

① 虎

② 海豚

③ 河馬

④ 家守

⑤ 栗鼠 シマ〇〇・エゾ〇〇

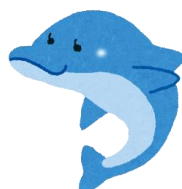
⑥ 海星 海にいる星型の…

⑦ 蝙蝠

⑧ 土竜

⑨ 水豚 温泉に入っています

⑩ 熊猫 白黒で大きな動物園のアイドル



6月のひろばの予定

| 日 | 曜日 | 午 前 | 午 後 | 夜 | |
|----|----|--|-------------------------|----------------|--|
| 1 | 木 | <div style="display: flex; align-items: center; justify-content: center;"> <p style="text-align: left;">この車のマークがついているひろば事業は 送迎ボランティアの送迎ができます！ ご利用の際はひろばまでご連絡ください。</p> </div> | | | |
| 2 | 金 | | | | |
| 3 | 土 | | | | |
| 4 | 日 | | | | |
| 5 | 月 | | | | |
| 6 | 火 | | | スポーツボイス（18：30） | |
| 7 | 水 | 楽しく身体を動かす日（10：00） | | | |
| 8 | 木 | ふれあい健康教室<東館2F>（9：30） | | | |
| 9 | 金 | | ふきぼこの会（13：00） | 歌留多の会（19：00） | |
| 10 | 土 | | フラダンス教室（13：30） | | |
| 11 | 日 | | | | |
| 12 | 月 | | | | |
| 13 | 火 | 俳句の会（9：30） | | | |
| 14 | 水 | 今井を学ぶ会（9：30） | ウォーキングの基礎を確認しよう！（13：30） | | |
| 15 | 木 | りんごサークル（10：00） | | | |
| 16 | 金 | 出張ふれあい健康教室<公園西>（10：00） | | | |
| 17 | 土 | | フラダンス教室（13：30） | | |
| 18 | 日 | | | | |
| 19 | 月 | 楽しく身体を動かす日（10：00） | | | |
| 20 | 火 | | | スポーツボイス（18：30） | |
| 21 | 水 | | | | |
| 22 | 木 | | ふきぼこの会（13：00） | | |
| 23 | 金 | | ひろば喫茶（13：00） | | |
| 24 | 土 | | | | |
| 25 | 日 | | | | |
| 26 | 月 | | | | |
| 27 | 火 | | | | |
| 28 | 水 | 今井を学ぶ会（9：30） | | | |
| 29 | 木 | ラベンダークラフト（9：30） | | | |
| 30 | 金 | | | | |

ご利用の皆様へ
・新型コロナウイルスの感染状況により事業は中止・変更になる場合があります
・手指の消毒、マスクの着用をお願い致します

7月2週目までのひろば事業 4日（火）白馬五竜植物園散策 13日（木）ふれあい健康教室 9：30

6月のりんごサークル

15日（木） 歯科検診（福祉ひろば）

26日（月） 体育館遊びと産後ストレッチ（今井体育館）

就園前のお子さんを持つ保護者の皆さん、
親子で参加してみませんか？

持ち物：飲み物、各自必要なもの

26日は地域の皆さんも参加できます！
ぜひ足を運んでください！