

ひろばだより安原

発行元/安原地区福祉ひろば事業推進協議会
福祉ひろば<直通> TEL 33-0168
公民館 <代表> TEL 39-0701

R5. 6. 1 第370号

yasuhara@fukushihiroba.com

感染症の影響により突然の予定変更や休止もあります。迷われたら上記番号までお電話ください。

ふれあい健康教室 6月20日(火) 13:30~



「菅原さんのストレッチ体操」

足裏を全部使って、無理なく自然に転倒予防しましょう！

指導 / 菅原 佳代子さん

保健師に健康相談ができます



手芸の時間

6月1日(木) 13:30~

「鯉心の続き…とレジ袋入れ」

持ち物 メガネ・お針箱 参加費300円

手芸好きな方、ふらっと覗いてくださいね♪



子育ての集い

開放日は6月6日(火) 10:30~

企画日は6月27日(火) 10:30~

「西沢先生のママストレッチ」

指導 / 西沢 啓子先生



ウォーキング

6月5日(月) 10:00~

「城山公園・歩ける方は放光寺まで」

お茶カフェ「あさば野」

6月9日(金) 11:00~

安原焙煎コーヒーと
フルーツあんみつで150円です



「もの忘れ相談会は13時半~15時まで」
対応/中央北包括支援センター

手まり講座

6月13日(火) 13:30~

持ち物 メガネ・お針箱

指導 / 井出 房子さん



リズムで脳の活性化♪

6月19日(月) 10:00~

指導 / 小林 美穂先生

大人のぬり絵は6月15日(木) 10:00~
あさばの映画観賞会はお休みします

いきいき百歳体操は 毎週水曜 9:30~
6月7日・14日・21日・28日

ひろば事業のお問合せは 33-0168 までお電話ください

6月ひろば事業の予定



日	曜	午前 10:00~	午後 1:30~
1	木	9:30~手芸の時間(大会議室)	
2	金		ミュージックベル
5	月	ウォーキング	詩吟
6	火	10:30~子育ての集い開放日	
7	水	9:30~いきいき百歳体操	短歌
8	木	カフェ準備	男のストレッチ講座
9	金	お茶カフェ「あさば野」 11:00オープンです	
12	月		体操
13	火	ヨガ教室	手まり講座
14	水	9:30~いきいき百歳体操	13:15~カラオケ
15	木	大人のぬり絵	
16	金		ミュージックベル
19	月	リズムで脳の活性化♪	詩吟
20	火	9:30~ひろば企画会議	ふれあい健康教室「菅原さんのストレッチ体操」
21	水	9:30~いきいき百歳体操	
22	木	館内清掃日	
23	金		安原井戸端・デジカメ百景
26	月	ヨガ教室	体操
27	火	10:30~子育ての集い「ママストレッチ」	
28	水	9:30~ピンキラ安原・いきいき百歳体操	13:30~カラオケ

好評!懐メロ歌謡
「歌えば花咲く
奇跡の薬丸」
カラオケ会員募集中!



令和5年7月初めの予定

3	月	9:30~ウォーキング	詩吟
4	火	10:30~おやこ体操	安原井戸端・デジカメ百景
5	水	9:30~いきいき百歳体操	短歌
6	木	9:30~手芸の時間	

2023 サマーナイトフェスタ in 安原 開催予定!!

7月15日(土)☆17:00~

催し物内容等、詳しくは7月号のおたよりに掲載します



三年ぶりに開催の
予定です!
皆さんお楽しみに♪
抽選会もあります