



第三地区福祉ひろば・社会福祉協議会



# 第三ひろばだより

令和5年8月1日 No. 291

## 暑気払い ふれあい健康教室



日時 8月16日(水) 9:30~ (夏季猛暑対策の為午前中)

場所 第三地区福祉ひろば

暑さに負けないようにみんなで暑気払いをして元気になりましょう。

ひろばで楽しい茶話会・エルダーでゲーム等をして

体内に溜まった熱気を払い、元気にすごすことが目的です。



ふれあい健康教室はどなたでも参加できます

※お茶1本プレゼント

※当月お誕生日の方には写真と記念品をプレゼント

8月の当番町会: 県町南・東源池・おたすけ隊

## おひさまキッズ(子育て支援)

### 歯科講座(個別相談あり)

日時 8月3日(木) 10:00~

場所 第三地区福祉ひろば

講師 歯科衛生士

ひろばに遊びに来て、お友達をいっぱいつくろう



## 認知症講座4回シリーズ

第1回 高齢者認知症と若年性認知症の現状

日時 8月8日(火) 13:30~14:30

場所 第三地区公民館 大会議室

講師 松本市立病院 病院長 中村 雅彦氏

よろず相談

講座終了後~16:00

ものわすれ・けんこう・くらし相談

※詳しくは回覧をご覧ください



東部地域包括支援センター・地区担当保健師・生活支援員

## ひろば事業の様子



お天気にも恵まれ白馬五竜高山植物の中ウォーキング

## 絵手紙

題 わたしの十八番

日時 8月23日(水) 13:30~

※8月はお盆の為日が変わりましたどなたでもお気軽にご参加ください



## 9月2日(土) 3年ぶりにひろばまつりが開催されます

ひろば事業・サークル発表・あそびのひろば・バザー楽しい企画など号外をご覧ください

♪人気のお赤飯振る舞いもあります♪

是非! あそびにきてください

《申込み・お問い合わせ》

第三地区福祉ひろば

コーディネーター大谷・清井

電話 32-0168





# 《 8 月 の 予 定 表 》



☆はひろば事業

日(曜日)	内容 ・ 時間	日(曜日)	内容 ・ 時間
1(火)	9:30 ひろばまつりクラフト作り	17(木)	13:30 写真同好会
	13:30 おたすけ隊会議	18(金)	10:00 ☆さわやか太極拳
2(水)	13:30 民児協定例会		13:30 民踊レクダンス
3(木)	10:00 ☆子育て支援 おひさまキッズ	21(月)	13:00 ☆健康麻雀(すずめの会) 公民館
	13:30 松本看護大学 実習		13:30 ☆童謡唱歌を歌おう会
4(金)	10:00 ☆さわやか太極拳		16:00 地区支援企画会議
7(月)	13:00 ☆健康麻雀(すずめの会)	22(火)	10:00 あじさいの会
8(火)	10:00 あじさいの会		10:30 センター定例会
	13:30 ☆カラオケ倶楽部	13:30 ☆カラオケ倶楽部	
	13:30 ☆第1回 認知症講座 高齢者認知症と若年性認知症の現状 講師 松本市立病院 病院長中村雅彦氏	23(水)	9:30 生活支援員 三澤 在所日(午前中)
	13:30 ☆絵手紙 お題 私の十八番		
9(水)	13:30 ☆いきいきデータ転送	24(木)	
10(木)	13:30 切り絵	25(金)	
14(月)	13:00 ☆健康麻雀(すずめの会) 公民館	28(月)	13:00 ☆健康麻雀(すずめの会)
15(火)		29(火)	
16(水)	9:30 ふれあい健康教室 暑気払い 場所 第三地区福祉ひろば	30(水)	
		31(木)	

# 《 9 月 の 予 定 表 》



1(金)	10:00 ☆さわやか太極拳	祭	4(月)	13:00 ☆健康麻雀(すずめの会)
	13:00 ☆ひろばまつり準備		5(火)	
2(土)	10:00 ☆ひろばまつり	6(水)	13:30 民児協定例会	



第三地区を一緒に歩きましょう♪7月ふれ健の様子



芸術館になる以前の地区の歴史を知り・深志神社・天神祭の由来を詳しく聞き・石井味噌見学しました