里山辺地区福祉ひろば

ひろばだより

2022年
8月号

里山辺地区福祉ひろば事業推進協議会

回　覧

令和４年８月１日
広報Ｒ４－２
☎３９－１１６８

感染症の警戒レベルが４になりました。引き続き気を付けながら事業やサークルを実施していきます。自分が感染しない、人に感染させないことを心がけましょう！※状況により事業などを中止にする場合があります。

８月のふれあい健康教室

サークル発表会

参加者が多い場合は入場を制限する場合があります。ご了承ください。

８月１０日（水）
場所　里山辺公民館２Ｆ大会議室
13：30～15：30頃まで

下履きで大丈夫です。

福祉ひろばで活動しているサークルの皆さんの発表会です。どなたでもご覧いただけます。
感染症対策をしての実施になります。感染警戒レベルの状況により中止となる場合があります。

参加サークル
★民謡をたずねて　★ハーモニカサークル
★スポーツボイス　お楽しみに！！

※お茶会はありません。
※健康相談あります。

お手伝い
ひろば委員さん　兎川寺・西小松
健康づくりさん　湯の原

出張ふれあい健康教室

感染症対策のため、１町会ごとの開催になります。
※各町会公民館で実施します。

荒町町会
８月２日(火)10：00～

下金井町会
８月30日(火)10：00～

喫茶「憩いの森」

８月１７（水）10：00～15：00

涼しい福祉ひろばで映画を楽しみましょう。
★午前は駄菓子の持ち帰り、午後は温かい飲み物が１杯無料です。
★参加者が多い場合は入場の制限をします。（各回20名程度）

10：00～12：00頃まで
DVD上映（110分程度）
「モアナと伝説の海」
2016年公開。海を愛するモアナが、島の危機を救うために海を冒険する夏にぴったりのディズニー作品です。

13：00～15：00頃まで
DVD上映（120分程度）
「神様のカルテ２」
2014年公開。医者という仕事の難しさと家族の意義を問われる物語です。松本市がロケ地となりました。
※松本シネマ第３号認定作品

※水分補給時以外は、マスクの着用をお願いします。

里山辺地区福祉ひろば　行事予定カレンダー

8月の行事予定

★急な中止などはひろばへお問い合わせください。

日	月	火	水	木	金	土
★午前 ★午後	1 絵手紙 10：00～	2 出張ふれ健(荒町) **いきいき健康ひろば** **9:00～** マージャン・囲碁 13：00～	3 **のびのびヨガ** **14:00～**	4 **健康相談** **9:30～** カラオケ13：00～ スポーツボイス 15：30～	5 スクエアダンス 10：00～ ハーモニカサークル 13：30～	6
7 11日の折り紙サークルは29日に振替します。	8 手編みの会 9：30～ カラオケ13：00～ スポーツボイス (振替分)15：30～	9 墨の会（水墨画） 9：30～ マージャン・囲碁 13：00～	10 スポーツ吹き矢 10：00～ **ふれあい健康教室** **(内容は表面に記載)**	11 **山の日**	12 **さと健** **9:30～** 女性のマージャン 13：30～	13 さと健は福祉ひろばで行います。
14	15	16 ~~墨の会~~ （３０日に振替） ~~マージャン・囲碁~~ (お休みです)	17 **喫茶「憩いの森」** **10:00～15:00**	18 てまりサークル 9：30～ ~~歌って動こう会~~ (お休みです)	19 スクエアダンス 10：00～ ハーモニカサークル 13：30～	20
21	22 手編みの会 9：30～ スポーツボイス 15：00～	23 花みずきの会 10：00～ マージャン・囲碁 13：00～	24 スポーツ吹き矢 10：00～	25 **ゆったり健康体操** **9:30～** カラオケ13：00～ スポーツボイス 15：30～	26 民謡をたずねて 9：30～ 女性のマージャン 13：30～	27
28	29 折り紙(振替分) 9：30～	30 出張ふれ健(下金井) 墨の会（振替分） 9：30～ マージャン・囲碁 13：00～	31 **かんたん押絵講習会** **14:00～**			

9月前半の ひろば事業	1日(木)　健康相談　9:30～ 6日(火)　週一ウォーク　9:00～	6日(火)　いきいき健康ひろば　9:00～ 7日(水)　のびのびヨガ　14:00～

ひろば・公民館の　さと健

体力づくりサポーターさんと一緒に体を動かしましょう。誰でも参加できますよ！

8月12日（金）
9：30～11：00 頃まで
場　所　福祉ひろば　娯楽室
持ち物　飲み物・タオル

9月のさと健は体育館で行います。(9日です)

お楽しみひろば

かんたん押絵講習会

8月31日(水) 14:00～

「月夜の夫婦フクロウ」と「和みフクロウ」の２種類。どちらかでも両方でも。初めての方も簡単にできる、手づくりキッドです。

月夜の夫婦フクロウ

和みフクロウ

申し込み必要　１セット５００円です。

※当日講座に参加できる方のみでお願いします。（各１０セット限定）

お知らせ①

8月の週一ウォークはお休みします。
また涼しくなったら
一緒に歩きましょう！

※次回は
9月6日(火)です。

ゆったり健康体操

体力づくりサポーターさんと一緒に、気功や太極拳を取り入れたゆっくりとした体操を行います。どなたでも参加できますよ。

8月25日（毎月第4木曜日）
9:30～11:00頃まで
場　所　福祉ひろば　娯楽室
持ち物　飲み物・タオル　など

★参加無料・申し込み不要です。

お知らせ②

7月26日に予定していた「里山辺地区夏まつり」が中止となりました。楽しみにしていた皆様、急な判断になってしまい申し訳ありませんでした。また来年をお楽しみに！！

のびのびヨガ

講師　栗田　純子　先生
8月3日(毎月第1水曜日)
14：00～16：00頃まで
場　所　福祉ひろば

のんびりと自分の体と向き合いましょう。
自分のヨガマットがあればお持ちください。

参加費1回500円
初回・見学は無料です！！

※次回は9月7日(水)です。