

神林福祉ひろばだより9月号



～ふれあい健康教室～

同じ内容で2日行います。対象町会をご確認のうえ、おでかけください。

今月は **ほんものの野菜スタンプで**

エコバッグ作り です。



講師：豊嶋 さおりさん



見本がひろばにあります。

9月16日(金) AM9:30～11:00

(対象町会：川西・南荒井・下神) 当番：趣味の会の皆さん

9月30日(金) AM9:30～11:00

(対象町会：川東・寺家・町神・梶海渡) 当番：趣味の会の皆さん

◆健康相談があります。健康手帳をお持ちください。

大人のぬり絵

9月2日(金)・10月7日(金)

AM9:30～

ひろばと講座室で行います。

申込み不要 飲み物ご持参ください。

ひろばで歌おう！

9月8日(木)に予定していましたが、
新型コロナウイルスの感染レベルの引き上げにより、中止と致します。

からだリフレッシュ講座

9月7日(水)・10月5日(水)

AM9:30～

大会議室で行います。

☆講師：西山知花先生☆

参加費 100円 申込み不要
持ち物 飲み物

ぽんぽこいんのひろば

9月15日(木)AM10:00～

内容 母体ケアと親子体操で
リフレッシュしましょう！

講師：健康運動指導士

塩原 静 先生

対象：未就園児の親子

申込み不要 参加無料！

☆動きやすい支度でおいでください。

☆水分補給用の飲み物ご持参ください。

※詳しくは公民館だよりをご覧ください。

公民館共催 **俳句講座**

9月13日(火) PM1:30～

10月11日(火)

神林公民館2階 大会議室



公民館共催 パソコン喫茶

9月15日(木) PM1:30~

持ち物: ノートパソコン

※詳しくは公民館だよりをご覧ください。

ウェーブストレッチ

9月21日(水) AM9:30~

☆講師: 寺平美樹先生☆

参加費 100円 申込み不要

持ち物: ヨガマット又はバスタオル
・飲み物



☞ ウェーブリングと
バスタオルお貸しします!

つまみ細工講座 『髪飾り』

9月22日(木)] PM1:30~
28日(水)

ご都合の良い日にご参加ください。

申込み: 16日(金)まで

材料代: 500円~

写真・見本は一例です。



マグネット吹き矢

9月27日(火) AM9:30~

参加費: 100円 定員15名

※飲み物ご持参ください。

前日までにお申込みください。

パイナップルカフェ

9月29日(木) AM10:00~



場所: 下神公民館

内容: *「もしもの時、慌てない準備」

JA 松本ハイランド神林支所

*絵本朗読「おじいちゃんがお化けになったわけ」

南西部包括支援センター

※ 詳しくは回覧をご覧ください。

今後の新型コロナウイルス感染症の感染状況により、休止または内容変更となる場合がございます。ご了承ください。実施の有無については、ひろばまでお問い合わせください。

9月の予定 (事業・サークル等)

	曜日	午前	午後
1	木	ブルーベリー狩り予備日	百歳体操の日
2	金	大人のぬり絵	囲碁
5	月	民生児童協議会定例会	趣味の会
6	火		
7	水	からだリフレッシュ講座	
8	木		ひろばで歌おう!(中止) 百歳体操の日
9	金	いきいき健康ひろば	囲碁
12	月	ヨガ	趣味の会
13	火	ニットクラブ	俳句講座(大会議室) スポーツボイス同好会
14	水		オカリナ
15	木	ぼんぼこりんのひろば	パソコン喫茶 百歳体操の日(講座室)
16	金	ふれあい健康教室	囲碁
19	月	🌸 敬老の日	
20	火	ニットクラブ	
21	水	ウェーブストレッチ	オカリナ
22	木	ほのぼの会	つまみ細工講座 百歳体操の日(講座室)
23	金	🍁 秋分の日	
26	月	健康相談	手話の会
27	火	マグネット吹き矢	スポーツボイス同好会
28	水	ヨガ	つまみ細工講座
29	木	パイナップルカフェ(下神)	百歳体操の日
30	金	ふれあい健康教室	

10月前半の予定

3	月	民生児童協議会定例会	趣味の会
4	火		
5	水	からだリフレッシュ講座	オカリナ
6	木		百歳体操の日
7	金	大人のぬり絵	囲碁
10	月	🏆 スポーツの日	
11	火	ニットクラブ	俳句講座(大会議室) スポーツボイス同好会
12	水	ウェーブストレッチ	オカリナ
13	木	ぼんぼこりんのひろば	百歳体操の日
14	金		囲碁