

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

R4. 6. 1 第358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21日(火) 13:30~
「フレイル健診で
今の体力を知りましょう」



保健師に健康相談ができます

お茶カフェ「あさば野」

6月10日(金) 11:00~

安原焙煎コーヒーとお菓子で100円です
10:00~健康相談室開設



中央北包括支援センター

子育ての集い

6月28日(火) 10:00~

豊島さおり先生の
「おやこの時間」
保健師に育児相談ができます



6月30日(木) 10:30~

西沢啓子先生の「おやこ体操」

あさばの映画観賞会

6月2日(木) 13:30~

「マスカレード・ナイト」

木村拓哉 長澤まさみ出演

7月はお休みします

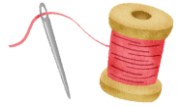
8月は「ドライブマイカー」



6月2日(木) 10:00~

「手芸の時間」が始まります

パッチワーク、リメイク、編み物、手芸の好きな方、ひろばで気ままな時間を過ごしませんか？
見学だけでも大歓迎です



【市民歩こう運動】

ウォーキング

6月6日(月) 10:00~

「放光寺方面へ行きます」

スタンプカードでカップを手に入れた方へ

サークル活動やひろば事業に参加される際、名入れカップをお持ちください。

麦茶はひろばに用意しますので、ご自由に飲んでください。

使用後はお持ち帰りいただきます。



【7月のお知らせ】

福祉を語るつどい 講演会

「免疫力を高める音楽療法」

7月2日(土) 14:00~

音楽と免疫との関係について
お話いただきます

埼玉医科大学短期大学名誉教授

講師 / 和合 治久さん

主催/社会福祉協議会安原地区支会

定員/45名 ※申込が必要です

安原地区公民館 39-0701

安原地区福祉ひろば 33-0168



ひろば事業のお問合せは 33—0168 までお電話ください

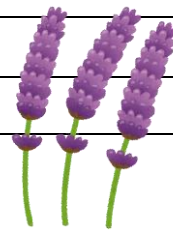


6月ひろば事業の予定

日	曜	午前 10:00~	午後 1:30~
1	水	9:30~いきいき百歳体操	短歌
2	木	手芸の日(和室)	あさばの映画観賞会「マスカレード・ナイト」
3	金		ミュージックベル
6	月	ウォーキング「放光寺方面へ」	詩吟
7	火	子育ての集い開放日	安原井戸端・デジカメ百景
8	水	9:30~いきいき百歳体操	カラオケ
9	木	カフェ準備	男のストレッチ講座
10	金	お茶カフェ「あさば野」 11:00オープンです	
13	月		体操
14	火	ヨガ教室	エルダー体験
15	水	9:30~いきいき百歳体操	
16	木	大人のぬり絵	
17	金		ミュージックベル
20	月	「リズムで脳の活性化♪」	詩吟
21	火		ふれあい健康教室「フレイル検診」
22	水	9:30~ピンキラ安原・いきいき百歳体操(視)	カラオケ
23	木	館内清掃日	エルダー体験
27	月	ヨガ教室	体操
28	火	子育ての集い「豊島さおり先生のおやこの時間」	
29	水	9:30~いきいき百歳体操	
30	木	10:30~西沢先生のおやこ体操	



**カラオケメンバー
募集中!**
好きな歌をうたいます♪



7月初めの予定

1	金	安原コーヒー講座はお休みです	ミュージックベル
2	土		14:00~福祉を語る集い「免疫力を高める音楽療法」
4	月	ウォーキング	詩吟

入浴券の受付は6月30日まで



昭和27年4月1日以前に生まれた満70歳以上の方が対象です
印鑑、証明書は不要ですので
お気軽にお越しください

熱中症・脱水症にご注意ください

異常気象が通常気象になりつつある昨今ですが初夏を思わせる日差しの強い日や、ヒーターが欲しくなる雨の日など、気温の変化に体温調節が追いつきません。適度な運動とこまめな水分補給を意識して元気にお過ごしください。