

# 福祉ひろばから...

(No.264)白板地区福祉ひろば事業推進協議会  
白板地区福祉ひろば  
電話・FAX 33-4168

★コロナウイルス感染拡大にともない、ひろば事業、イベントを急遽中止する場合があります。ご不明な点は、福祉ひろばまでお問い合わせください。

## 【ひろば利用時のお願い】

- ・体調のすぐれない方、熱や咳のある方はご遠慮ください。
- ・マスク持参、咳エチケット、活動前後の手洗い等にご協力ください。



手洗い・マスク・換気

## 100えんカフェ (午前10時～午後3時)

- ★どなたでもお好きな時間に来て自由にお過ごしください。
- ★100円 (セルフサービス) でドリンクバー&お菓子を利用できます。



27日(水) 午前10時～11時30分

「七夕人形作り」「カータリ人形作り」  
松本市まるごと博物館 市民学芸員が来館します

14日(木)・27日(水) 午後の部

松本市平和祈念式典に献呈する千羽鶴作製

## 交通安全教室

7月29日(金) 午前10時～

- ・長野県交通安全教育支援センターの方による寸劇
- ・「わたりジョーズくん」体験！
- ※わたりジョーズくん  
子供から高齢者まで楽しく・安全に車道横断の危険を体験することができる装置です。身近な道路の危険性を再認識して、安全行動を身につけ交通事故を防ぎましょう！

## バスで行く 白馬五竜散策

日時 8月5日(金)

出発 午前9時 解散 午後4時頃

集合 午前8時45分 白板地区福祉ひろば

定員 20名

内容 白馬五竜高山植物園 散策・昼食

参加費 ゴンドラ・昼食代 3,000円

持ち物 水分補給用飲み物

申込み期間 7月11日(月)～7月29日(金)

申込み先 白板地区福祉ひろば ☎33-4168

要  
申  
込



子育て支援事業  
(0～3歳児対象)

みんな集まれ 自由にあそぼう

今月のオプション

★ママさんのためのハンドケア  
介護美容福祉士 遠山さん  
(ご予約をお勧めします)



★ひろばのお庭でじゃがいもを掘ろう

日時 7月20日(水) 午前10時～  
問合せ及びハンドケア予約  
白板地区福祉ひろば ☎33-4168  
詳細は回覧ちらしをご覧ください



健康サロン

時間：午前9時30分～  
持ち物：タオル・飲み物

5日(火)・19日(火)……いきいき百歳体操

11日(月)・25日(月)……ひざ痛・転倒予防体操

要  
申  
込

場所は白板地区公民館です

★スマホってどんなもの？の方から  
買ったばかりの方まで やさしいスマホ講座

7月14日(木) 午前10時～12時

その①「スマートフォンってなに？」

100えんカフェ@白板地区公民館

場所：白板地区公民館 大会議室



7月28日(木) 午後1時30分～3時30分

その②「災害の時どうする？Googleで検索」

場所：白板地区公民館 大会議室

持ち物：スマートフォンをお持ちください

申込み 7月6日(水)から

申込み先 白板地区福祉ひろば ☎33-4168

ス  
マ  
ホ  
教  
室  
全  
3  
回

## 出前ふれあい健康 教室のお知らせ

年に2回皆さまの町内公民館へひろばが  
お伺いします。7月はこちらへ。

- 1日(金) 白板宮本 10:00～
- 11日(月) 白板中 10:00～
- 12日(火) 宮渚新橋 10:00～
- 13日(水) 巴町 10:00～
- 14日(木) 城西町 9:30～
- 15日(金) 宮渚東 13:00～

