

# 福祉ひろばから...

(No.262)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

毎年高齢福祉課から発行されている入浴券がひろばでも受け取れます。70歳以上でご希望の方はひろばへお立ち寄りください。(受付期間は6月30日(木)まで)

5月はGWがありますのでカレンダーの予定が変則的です。  
ご注意ください。

絵てがみ	5月 2日 (月)	午後1時30分～
民生児童委員協議会	5月11日 (水)	午前9時30分～
大人のぬり絵	5月19日 (木)	午前9時30分～
小さなお花アレンジ	5月20日 (金)	午前9時30分～
健康サロン百歳体操	5月31日 (火)	午前9時30分～



## 健康サロン

時間：午前9時30分～ 持ち物：タオル・飲み物

9日(月)・23日(月)……ひざ痛・転倒予防体操

17日(火)・31日(火)……いきいき百歳体操

『いきいき百歳体操』とは？  
手首や足首におもりをつけて椅子に座ってゆっくりと行う筋力運動の体操です。  
高知市が発祥で全国の各地で実施されています。

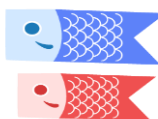
## 100えんカフェ (午前10時～午後3時)

12日(木) 大人の読み聞かせ  
午前10時～

地元のおばあちゃんによる語りの会  
♡保健師による健康相談、血圧測定があります。(午前10時～11時)

25日(水) ミニコンサート

地元で活動するバンド  
47(フォーティセブン)による演奏  
浜辺の歌・旅人よ ほか



## 要申込

子育て支援事業  
(0～3歳児対象)

今月は  **ハッピーキッズ**

木のおもちゃであそぼう  
わらべ館の木のおもちゃが来ます

日時 5月18日(水) 午前10時～

定員 10組(先着順)

申込み 5月9日(月)から

申込み先・問合せ  
白板地区福祉ひろば 33-4168  
回覧ちらしもご覧ください。



ほっとタイム

5月6日(金)

(ひろば一日開放) 毎月第一金曜日です



かわいいマスクづくり

材料費 200円  
(10時～11時)

