

今井地区福祉 ひろばだより

5月

今井地区福祉ひろば推進協議会

令和4年5月1日 第254号 認定符号 松本市広報 R4-2

今井地区福祉ひろば TEL・FAX 50 - 3188

ご利用の
皆さまへ

- ・新型コロナウイルスの感染状況により事業は中止・変更になる場合があります。
- ・手指の消毒、マスクの着用をお願い致します。

ふれあい健康教室！

「身体を動かして認知症予防！」

講師 浜 沙弥香さん（第一興商）松本市民音健士の皆さん

日時：5月12日（木） 9：30～

場所：今井公民館東館2F

今月は「思い出ノート」を使った自分史づくりと、音健士の皆さんとエルダーコンテンツを使った体操をします。ぜひお越しください！

出張販売「森のこびと」

同日 10：50～11：30

場所：今井公民館談話室

お弁当、パン、クッキー、琥珀糖など
お買い物だけでも来てみませんか？

※ふれあい健康教室が中止となった
場合は出張販売も中止致します。



エンジョイエルダー

映像と音楽を使った体操、脳トレで身体を動かしましょう！

ご都合のつく時間帯にぜひお越しください！

日時：5月20日（金） 午前の部 10：00～11：30

午後の部 13：30～15：30

※申し込みは不要ですが、団体でのご利用の場合は事前にご連絡ください



公民館共催

春の軽井沢野鳥の森ウォーキング

日時：5月23日（月） 8：00公民館出発

参加費：約3,000円 定員：20名

申込み：5月13日（金）までに今井公民館へ

軽井沢野鳥の森とエルツおもちゃ博物館へ行きます。

行程や申込み詳細は今月の「今井公民館ニュース」をご覧ください。



第3回お灸講座「花粉症に効くお灸&ツボ押し」

花粉症の方必見！？「もぐさマスク」も作ります。

日時：5月31日（火） 13：30～

講師：鍼灸師 齋藤 恵美子 先生（ナッラーレ鍼灸あづみ野）

参加費：200円 定員：8名

申込み締切：5月23日（月）まで



葱坊主俳句会
～卯月の句会より～
寒晴れや口元きりり道祖神
曇り空ミモザの花を生けながら

塩原 悠
花園 幸子



5月のひろばの予定

日	曜日	午 前	午 後	夜	
5月1日	日				
2	月				
3	火				
4	水				
5	木				
6	金				
7	土				
8	日				
9	月				
10	火	俳句の会 (9:30)			
11	水	今井を学ぶ会 (9:30)			
12	木	<u>ふれあい健康教室 (9:30)</u>		フラダンス教室 (19:30)	
13	金		ふきぼこの会 (13:00)	歌留多の会 (19:00)	
14	土				
15	日				
16	月		地区担当者会議<東館> (15:30)		
17	火		ふきぼこの会 (13:00)	スポーツボイス (18:30)	
18	水				
19	木				
20	金	エンジョイエルダー (10:00~11:30)	エンジョイエルダー (13:30~15:30)		
21	土				
22	日				
23	月	公民館共催バスウォーキング			
24	火				
25	水	今井を学ぶ会 (9:30)			
26	木	いきいき健康ひろば (9:30)		フラダンス教室 (19:30)	
27	金				
28	土	今月のひろば喫茶は中止です。 6月より感染対策を徹底して再開予定です。お楽しみに！			
29	日				
30	月				
31	火		<u>お灸講座 (13:30)</u>		

6月3週頃までの予定

- 7日 (火) スポーツボイス (18:30)
- 8日 (水) 今井を学ぶ会 (9:30)
- 9日 (木) ふれあい健康教室 (9:30)
フラダンス教室 (19:30)
- 10日 (金) ふきぼこの会 (13:00)
歌留多の会 (19:00)
- 13日 (月) 体サポ会議 (9:30)
- 14日 (火) 俳句の会 (9:30)



りんごサークル

5月の予定

- 20日 (金) いちご狩り (諏訪いちご園) 11:00~
持ち物: 帽子、飲み物、手拭き、着替えなど
- 31日 (火) 公園遊び (なろう原公園) 10:00~