

全戸配布

5月 四賀地区福祉ひろばだより

ふだんの
くらしの
しあわせづくり



新緑の季節になりました。陽気も暖かくなり、過ごしやすいですね。
季節の花を楽しみながら、ひろばまで足を運んでください。お待ちしております。

ふれあい健康教室



『ミニ運動会』

ペタンク・スカットボール・輪投げ等をお楽しみください♪

※その他、トランプや花札もあります。

日時：5月10日(火) 午前9時30分～

会場：ピナスホール



※当日ペットボトルのお茶と小分けにしたお菓子を配ります。

(注)お出掛け前の検温とマスク着用をお願いします。

※申し込み不要ですので、どなたでも参加できます。



四賀地区 健康相談

保健師が対応します！
お気軽に相談して下さい。

日時：5月9日(月)

午前10時～11時30分

場所：四賀支所2階

男子休憩室



ひろば喫茶『てまり』

ボランティアてまり会の皆さん運営

中止

5月19日(木)に予定していました

ひろば喫茶は中止します。

次回は6月16日(木)の予定です。

皆さんのお越しをお待ちしています！！



熟年体育大学いきいき健康ひろばコース

インターバル速歩トレーニングデータ転送の日

日時：5月12日(木) 午後1時30分～

データ転送・運動指導・体力測定結果返却

★健康づくりに興味のある方の見学も出来ますの
ひろばまで連絡ください！！



ひろば&公民館ウォーキング

～木曾馬籠・妻籠宿ウォーキング～

歴史の面影を残す宿場町の木曾へウォーキングへ行きます。
新緑のこの時期、ご自分の健康管理のために、しっかり体を動かして気分転換をしましょう！！

日時：5月26日(木)

午前8時出発(午前7時45分集合)

集合場所：四賀支所駐車場

持ち物：水分・タオル・マスク着用・お昼持参！！



★5月6日(金)午前9時～5月13日(金)まで申込み期間。

【注】定員がオーバーした場合は抽選となります。

ひろば64-3114または四賀公民館64-3112へ申込みをお願いします！



おとこ倶楽部



※5月はお休みします。

次回は6月に開催します。

内容は、おやき・ピザ・草餅等を考えています。
やってみたいことがあれば、ひろばまで連絡下さい。

5月・出前ふれあい健康教室

★5月13日(金) 会吉町会 【中止】

5月18日(水) 穴沢町会 【中止】

5月23日(月) 取出町会 14:00～



※当日ペットボトルのお茶と小分けにしたお菓子を配ります。

(注)マスク着用の上、体調管理をお願いします！

四賀探訪ウォーキング

～ 虚空蔵山 ～



日時：5月14日(土)午前9時集合
場所：四賀球場駐車場へ集合してください。

☆参加出来る方は、四賀公民館まで事前に申込みをお願いします。