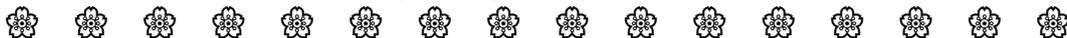


全戸配布

# 11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



朝晩の冷え込みが身に染みる季節になりました。引き続き、コロナ対策とインフルエンザ対策を心掛け免疫力アップを意識して、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

『会田中3年生との交流会』

会田中3年生アイデアの交流をお楽しみください♪



日時：11月8日(火) 午前9時30分～

会場：ピナスホール

★血压測定、健康相談もあります。

※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：11月7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」開店

ボランティアてまり会の皆さん運営



日時：11月17日(木)

午後1時30分～午後3時

場所：「福祉ひろば」にて開催

飲み物代100円 コーヒー・紅茶等

(注)マスク着用・各自、体調管理をお願いします！

## 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：11月10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で  
ひろばまで連絡ください！！



## おとこ倶楽部

… あんかひかたほきさほ …

日時：11月21日(月) 午前9時30分～

場所：調理実習室

持ち物：マスク、エプロン、手袋、三角巾

※材料になる野菜がある方はお持ちください。

会費：経費÷人数

★参加される方は14日までに必ずひろばまで申込み  
ください。



## ひろば&公民館ウォーキング

～野辺山高原ウォーキング～

清々しい野辺山高原へウォーキングへ行きます。  
詳細チラシはひろばの窓口にありますので、ご覧ください。  
10月にも掲載した通り、いつもより申込み期間が早く短い  
のでお間違いなくお願いします！！

日時：11月7日(月)

午前8時出発(午前7時45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・暖かい服装で！！  
昼食・高速代 2,100円(当日集金。お釣りの無いように)



★10月31日(月)午前9時～11月2日(水)15時まで申込み期間。

【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！

## 四賀探訪ウォーキング・辰町

日時：11月22日(火) 午前9時～

集合場所：辰町公民館へ集合して下さい！！

☆参加出来る方は、ひろばまたは公民館まで申込みを  
お願いします。当日、参加出来る方も大歓迎です。



## 11月・出前ふれあい健康教室

★11月 2日(水) 藤池町会 13:30～

11月 7日(月) 落水町会 [中止]

11月16日(水) 西宮町会 [中止]

11月24日(木) 新町町会 [中止]



※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！

## 四賀小3年生との交流会

花の苗植え&焼き芋会

日時：11月18日(金)

午前9時～(午前8時50分四賀小昇降口へ集合)

場所：四賀小学校玄関前

☆当日ペットボトルのお茶を用意します。作業後、焼き芋の  
焼き芋を頂きます。参加出来る方は11/16(水)までにひろば  
まで連絡下さい。詳細は窓口のチラシをお持ちください。



# 11月福祉ひろば事業＊サークル利用予定表

どなたでもご参加できます。  
見学OK!!お問い合わせ下さい

日	曜日		午前(9時30分～)	午後(1時30分～)	夜間(7時30分～)
1	火	野辺山ウォーキング申込期限 10/31(月)9時～11/2(水)15時まで	おひさまレディース		
2	水	藤池町会出前ふれあい健康教室 13:30～	エコクラフト	3B体操・囲碁の会(会) 健康マーじゃん(会)13:00	
3	木	文化の日・駅伝大会 11:00～			
4	金			膝にこにこクラブ 福寿会13:00～(301)	
5	土		四賀家族の会10:00～		
6	日				
7	月	落水町会出前ふれあい健康教室(中止) 野辺山高原ウォーキング			四賀混声合唱団
8	火	ふれあい健康教室(ピナス)9:30～ 民生児童委員会 13:30～		絵手紙教室 硯の会(305)	
9	水		パッチワーク教室	すずむし会・囲碁の会(会) 健康マーじゃん(会)13:00	
10	木	いきいき健康ひろばデータ転送	手芸サークル		健康スポーツクラブ 19:40(ピナス)
11	金		太極拳教室	膝にこにこクラブ 福寿会13:00～(301)	
12	土				
13	日				
14	月		短歌教室 10:00～		四賀混声合唱団
15	火	支援企画会議10:00～	おひさまレディース		
16	水	西宮町会出前ふれあい健康教室 (中止)	エコクラフト パッチワーク教室(会)	すずむし会 囲碁の会(会)13:00	
17	木	ひろば喫茶「てまり」開店13:30～	ボランティア・てまり会(調)	ボランティア・てまり会	健康スポーツクラブ 19:40(ピナス)
18	金	四賀小3年生との花の苗植え・焼き芋会8:50 特定健診		膝にこにこクラブ 福寿会13:00～(301)	
19	土		夢おはなしの会10:00～ 福寿会8:30～(301)		
20	日				
21	月		おとこ倶楽部9:30～(調) スマホサークル10:00～(会)		四賀混声合唱団
22	火	四賀探訪ウォーキング(反町) 超音波検査	オレンジ会10:00～	絵手紙教室 硯の会(305)	
23	水				
24	木	新町町会出前ふれあい健康教室 (中止)	手芸サークル	福寿会13:00～(301)	健康スポーツクラブ 19:40(ピナス)
25	金		太極拳教室	膝にこにこクラブ 着物を楽しむ会(301)	
26	土		一の会10:00～ スワンキャンベル10:00(会)		
27	日				
28	月		短歌教室 10:00～	かきつばた会	四賀混声合唱団
29	火				
30	水		エコクラフト	囲碁の会(会) 13:00	