

# ひろばだより 332

令和4年11月1日発行  
田川地区ひろば事業推進協議会  
田川地区福祉ひろば  
TEL/FAX 28-1168

気温差が激しい日々が続きましたね。11月に入り、寒さも増してきました。体を冷やさないように、軽いストレッチなどしませんか？ひろばで一緒に体操しましょう。お待ちしております。

## ふれあい健康教室

11月10日(木)午後1時30分

松本医療福祉専門学校の学生さんとゲームを楽しみます。  
田川体操・健康相談もあります。  
12月は、12月1日(木)です。

お手伝いは、健康づくり推進員さん、レクリエーションは、民生児童委員さんです。



## たがわチャイルドひろば

11月17日(木)10:00~

### 「田川おはなしの会」

おはなしの会の皆さんによる楽しい読み聞かせです。

☆申込不要！ ☆1家族100円

## ひろば喫茶

ボランティア部

11月11日(金)10:00~11:30



社協田川支会 福祉講座

「ここにホッとコンサート」

牛山孝介先生のヴァイオリンコンサート

コーヒーor紅茶+お菓子で¥100(予定)

## 11月のヘルシーテラス

11月4日(金)13:30~



第2回 フレイル予防講座

「運動とお薬の話」



丸の内病院 理学療法士 中山朋子先生  
並柳クリーン薬局 薬剤師 杉澤 哲先生

## 社協田川支会 ふれあい配食会

11月24日(木)

対象者には、  
民生児童委員さんより  
お知らせがあります。

## 田川地区健康福祉月間 「介護予防講座」



第1回 11月22日(火)

「おやつ・お酒との上手なつきあい方」

吉澤保健師

第2回 11月29日(火)

「心疾患について~認知症の方の

症例も含めて~」丸の内病院

第3回 12月6日(火)

「オーラルフレイル予防」

松本協立病院歯科センター



\*健康づくり課保健師・中央西包括による相談日のお知らせ！11月10日(木)午後・17日(木)午前です。

# 11月



11月の満月:ビーバームーン 英名:Beaver Moon(ビーバームーン)  
ビーバーが越冬のための巣作り、いわゆるダムづくりに取り掛かるから

	曜	ひろばの行事 ◆印とサークル活動は参加自由です	サークル活動		その他の行事・会議 等	
			午前 10:00	午後 13:00		
1	火				0840 ヲ体操	
2	水	田川小 3 年(おはぎ)交流会 AM	健康体操			
3	木	文化の日 ひろばお休み				
4	金	渚宮本出前ふれ健 10:00～ ◆ヘルシーテラス 13:30～				
7	月	◆ラク～ナ体操 10:00～		ふるさとの会		
8	火			雀の会	0840 ヲ体操	
9	水		健康体操(先生)	創作手まり教室		
10	木	民生児童委員定例会 ◆ふれあい健康教室 13:30～			0840 ヲ体操	
11	金	◆ひろば喫茶 10:00～				
14	月	◆スポーツボイス 10:00～ ◆クラフトの日 13:30～				
15	火				0840 ヲ体操	
16	水	渚本村出前ふれ健 10:00～	健康体操		体サポリーダー研修会	
17	木	◆たがわチャイルド 10:00～			0840 ヲ体操	
18	金	田川小 6 年(クラフト)交流会 AM ◆リエンの会 13:30～	歩こう会			
21	月	◆ラク～ナ体操 10:00～		ふるさとの会		
22	火	◆介護予防講座 10:00(田川公民館)		雀の会	0840 ヲ体操	
23	水	勤労感謝の日 ひろばお休み				
24	木	ふれあい配食会 11:00～	趣味の会		0840 ヲ体操	
25	金	田川小 5 年(絵てがみ)交流会 AM いきいき健康ひろば 13:30～	歩こう会			
28	月	◆ラク～ナ体操 10:00～ ◆クラフトの日 13:30～				
29	火	◆いきいきサロン 10:00～ 地区支援者会議 PM			0840 ヲ体操	
30	水		健康体操			
12/1	木	◆ふれあい健康教室 13:30～			0840 ヲ体操	
2	金	◆ヘルシーテラス 10:00～				
5	月	民生児童委員定例会 9:30～		ふるさとの会		
6	火	◆介護予防講座 10:00(田川公民館) 体サポ地区集会 13:30～			0840 ヲ体操	

お願い 新型コロナ感染警戒レベルが高い時は、ひろば事業及びサークル活動を中止する場合があります。事業の開催についてご不明の場合は、お問い合わせください。