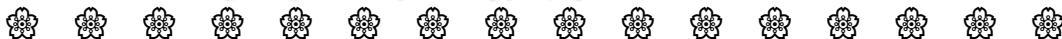


全戸配布

12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



今年もあと少しとなりました。コロナ禍の中、工夫しながらひろば事業が無事開催出来ました。まだまだ気は抜けませんが、コロナとインフルエンザ対策を心掛け、気を付けてお過ごし下さい。



ふれあい健康教室

『双葉保育園園児とのクリスマス交流会』
『エルダーシステムによる体操・脳トレ等』
今年最後のふれ健をお楽しみください♪

日時：12月8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。

(注)令和5年1月のふれあい健康教室はありません！！



◆ ◆ ◆ ◆ ◆ ◆ ◆ ◆ ◆ ◆
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：12月5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



～四賀小3年生とのクリスマス交流会～

日時：12月15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！
★四賀小3年生の発表会は14時からです。ぜひ来てください！

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：12月8日(木) 午後1時30分～
データ転送・運動指導・軽運動(筋トレ・ストレッチ等)

12月・出前ふれあい健康教室

★12月12日(月) 召田町会 [中止]
12月19日(月) 長越町会 [中止]



おとこ倶楽部

☆ お知らせです。

12月のおとこ倶楽部は、公民館主催の蕎麦打ち講座に参加です。蕎麦打ちを希望される方は、11月号の四賀公民館からのお知らせを見てお申込みください。

お問合せ・申込みは四賀公民館：64-3112まで
お願いします。



生け花教室

… 正月用の生け花 …



日時：12月27日(火) 午後1時30分～

持ち物：生け花用ハサミ・剣山・花器・新聞紙
講師料込花代 3,000円

講師：二木 明子先生

※参加希望の方は、12月16日(金)までにひろばへ
申込みください。

四賀探訪ウォーキング ～今に残る会田宿の歴史探訪～

日時：12月8日(木) 午前9時30分～
集合場所：四賀支所駐車場

☆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。

元気なお口でいきいき生活 ～ オラルフレイルを予防しましょう～



日時：12月10日(土) 午前10時～11時30分
場所：四賀支所3階 303会議室

講師：槇石 弘子 歯科衛生士
※申込みは地域づくりセンター電話64-3111まで

年末年始のお知らせ



12月29日(木)～令和5年1月3日(火)までお休みになります。
令和5年1月は、ふれあい健康教室はありません。

次回、2月14日(火)に開催します。
皆さん、健康管理にはくれぐれも気を付けて、良いお年を
お迎え下さい。来年もひろば事業のご協力をお願いします。

12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	木		手芸サークル フラワーボトル教室(会)	スリーハーブ	健康スポーツクラブ 19:40(ピナス)
2	金			膝にこにこクラブ 福寿会(301)13:00～	
3	土		四賀家族の会 10:00～		
4	日				
5	月				四賀混声合唱団
6	火		おひさまレディース パッチワーク教室(会)	硯の会	
7	水	体力づくりサポーター地区集会 9:30～	エコクラフト	3B体操 囲碁の会(会) 13:00～	
8	木	四賀探訪ウォーキング(会田宿) 9:30～	手芸サークル		健康スポーツクラブ 19:40(ピナス)
9	金		太極拳教室	膝にこにこクラブ 福寿会(301)13:00～	
10	土		スワンキャンベル10:00～		
11	日				
12	月	召田町会出前ふれあい健康教室 (中止)	短歌教室 10:00～		四賀混声合唱団
13	火	ふれあい健康教室(ピナス)9:30～		絵手紙教室 硯の会(305)	
14	水		パッチワーク教室	すずむし会 囲碁の会 13:00～(会)	
15	木	ひろば喫茶「てまり」開店13:30～ 四賀小3年生とのクリスマス交流会	ボランティア・てまり会(調)	ボランティア・てまり会(調)	健康スポーツクラブ 19:40(ピナス)
16	金	ボランティア研修会	スワンキャンベル11:30～ (ホワイエ)	膝にこにこクラブ 福寿会(301)13:00～	
17	土		一の会10:00～ 夢おはなしの会(会)10:00～		
18	日				
19	月	長越町会出前ふれあい健康教室 (中止)	スマホサークル10:00～	かきつばた会(会)	四賀混声合唱団
20	火	支援企画会議10:00～	おひさまレディース(会) スワンキャンベル(ホワイエ)11:30 オレンジ会 10:00～		
21	水		エコクラフト	健康マージャン 13:00～ 囲碁の会 13:00～	
22	木	特定健診結果説明会	手芸サークル(会)	健康マージャン 13:00～ 福寿会(301)13:00～	健康スポーツクラブ 19:40(ピナス)
23	金		太極拳教室	膝にこにこクラブ 着物を楽しむ会(301)	
24	土				
25	日				
26	月		短歌教室 10:00～		
27	火			お正月用生け花教室	
28	水			すずむし会 囲碁の会 13:00～(会)	
29	木				
30	金	年末年始休み			
31	土				