

回 覧

令和5年



庄内地区 福祉ひろばだより

松本市広報 R4-2



庄内地区福祉ひろば

事業推進協議会

TEL 27-8373

3月のふれあい健康教室

お薬なんでも講座

「くすりの常識ウソ?ホント?」

日 時：3月13日（月曜日）

午前9時30分～11時30分

講 師：日本薬剤師会

定 員：30名

※ひろばへお申し込みください。



ひるまえシネマ

（DVD上映会：公民館共催）

日 時：3月9日（木曜日）

午 前：9時30分～

上映作品についてはひろばへ
お問合せください。

*3月ひろばの集い

日 時：3月15日（水曜日）

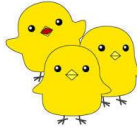
午 後：13時30分～15時

今年度の反省会及び来年度の事業
計画を話し合います。

関係者及び役員の方の出席をお願い
いたします。

★お友達ほしい方大募集!★

育児サークル やんちゃくらぶ



『初回顔合せ&登録』

日 時：4月17日（月曜日）

午前10時～11時



☆毎月第1、第3月曜日10時から行います。

☆0歳から3歳くらいまでの未就園児と保護者の
集まりです。

☆自主的な活動を主任児童委員がサポートします。

☆会費は前期600円(予定)です。(材料費を含む)

☆登録制です。(定員15組)

☆参加希望の方は4月17日（月曜日）

福祉ひろばまでお越しください。



*エルダーやるだー！

日 時：3月23日（木曜日）

午 前：9時30分～10時30分

*ひざ痛予防運動

3月はお休みです！

※年度末大掃除※

日 時：3月31日（金）

午 前：9時30分～

10時30分

※お手伝いをお願いできる

方はひろばまでお越し
ください。

多くの方のご協力
をお願いします。



3月 庄内地区福祉ひろば 行事予定カレンダー

暑さ寒さも彼岸まで、春はもうそこまで来ています！

月	火	水	木	金
6 卓球 9:30~11:30	7 9:30~10:30 高齢者体操 (スウェーデンに学ぶ)	1 卓球 9:30~11:30	2 13:30~15:30 ゆう花の会	3 卓球 9:30~11:30
	13:30~15:30 茶道(松籟の会)	10:00~11:30 ★ストレッチ体操	13:30~15:30	9:30~11:30 昭和趣味の会
13 9:30~11:30 ★ふれあい健康教室	14 9:30~10:30 高齢者体操 (スウェーデンに学ぶ)	15 関係役員のみ出席を お願い致します。	9 9:30~ ★ひるまえシネマ	13:30~15:30 書道(毛筆を楽しもう)
お薬のお話です。 学びに来ませんか？	13:30~15:30 いきいき健康ひろば	13:30~15:00 ★ひろばの集い反省会	16 13:30~15:30 ゆう花の会	10 卓球 9:30~11:30
20 春分の日 お休み	21 春分の日 お休み	22 13:30~16:00 カラオケ	23 9:30~10:30 ★エルダーやるだー♡	9:30~10:30 童謡唱歌の会
27 高齢者体操 (スウェーデンに学ぶ)	28 9:30~10:30 高齢者体操 (スウェーデンに学ぶ)	29	30 13:30~15:30 歩こう会	13:30~15:30 茶道(松籟の会)
	13:30~ 体サポ打合せ会			9:30~10:30 ★年度末大掃除

お知らせ
掲載されている事業・サークルは状況により中止・延期になる場合があります。尚、★印のついた事業は事前にお申し込みが必要となります。不明な点等、お問い合わせはひろばまでお願いいたします。
☎ 27-8373

☆卓球サークル
お休み 3/13~4/7
活動開始 4/10~

3月クイズ
3月はハッサクが食べごろを迎える季節です。ハッサクを食べると体にどんな効果があるのでしょうか？ 次のうちどれ？

- 便秘の解消
- 利尿作用
- 脂肪の分解を促す

正解は3です。ハッサクには、ビタミンCが豊富に含まれており、脂肪の分解を促す効果があります。

4/3 高齢者体操	4/4 9:30~10:30 高齢者体操	4/5 13:30~16:00 カラオケ	4/6 13:30~15:30 ゆう花の会	4/7 9:30~11:30 昭和趣味の会
	13:30~15:30 茶道(松籟の会)			13:30~15:30 書道(毛筆を楽しもう)