

神林福祉ひろばだより 1月号



新しい年が皆様にとって良い年でありますように。本年もよろしくお祝い致します。

～ふれあい健康教室～

同じ内容で2日行います。対象町会をご確認のうえ、おでかけください。

今月は **フルーツ&ピアノデュオ**

『 **“フェリーチェ” 新春コンサート** 』です。

演奏：ピアノ：山縣 清香さん フルート：河崎 朱里さん

心癒される演奏で新年スタートです。おなじみの曲目が多数です。

1月20日(金) AM9:30～11:00

(対象町会：川西・南荒井・下神) 当番：下神



1月27日(金) AM9:30～11:00

(対象町会：川東・寺家・町神・梶海渡) 当番：梶海渡

からだリフレッシュ講座

1月4日(水)・2月1日(水)

AM9:30～

大会議室で行います。

☆講師：西山知花先生☆

参加費 100円 申込み不要
持ち物 飲み物・タオル

大人のぬり絵

1月6日(金)・2月3日(金)

AM9:30～

ひろばと講座室で行います。

申込み不要 飲み物ご持参ください。

公民館共催

俳句講座

1月10日(火)・2月14日(火)

PM1:30～

神林公民館2階 大会議室



◆健康相談があります。

健康手帳をお持ちください。

冬の足腰筋力アップ体操

運動不足になりがちな冬こそ無理の無い体操
とウォーキングで筋力アップしませんか！

場 所：公民館大会議室

講 師：西山知花 先生

参加無料 飲み物持参・運動靴着用

申込み不要

日 程：

第1回 1月12日(木) AM9:30～

第2回 1月30日(月) AM9:30～

第3回 2月10日(金) PM1:30～

第4回 3月 2日(木) PM1:30～

編み物講座

『かぎ針編みのベスト』

第2回目 1月11日(水) AM9:30～

申込み：終了しています。(2回目から参加
希望の方はご連絡ください)



ウェーブストレッチ

1月18日(水)AM9:30~

☆講師：寺平美樹先生☆

参加費 100円 申込み不要

持ち物：ヨガマット又はバスタオル
・飲み物



☞ ウェープリングと
バスタオルお貸しします！



ぽんぽこりんのひろば

1月19日(木)AM10:00~

内容：節分会

豆まき・工作等

対象：未就園児の親子

申込み：13日(金)まで 参加無料！

☆水分補給用の飲み物ご持参ください。

※詳しくは公民館だよりをご覧ください。



公民館共催 パソコン喫茶

1月19日(木)PM1:30~

持ち物：ノートパソコン

※詳しくは公民館だよりをご覧ください。

マグネット吹き矢

1月23日(月)AM9:30~

参加費：100円 定員15名

※飲み物ご持参ください。

前日までにお申込みください。

つまみ細工講座

キットで作る「輪っかのうさぎ」

1月25日(水) PM1:30~

1月31日(火) PM1:30~

ご都合の良い日にご参加ください。

申込み：20日(金)まで

材料代：1000円



ひろばに見本あります

1月の予定 (事業・サークル等)

日	曜日	午前	午後
2	月	年始休業	
3	火	//	
4	水	からだリフレッシュ講座	
5	木		百歳体操の日
6	金	大人のぬり絵	囲碁
9	月	🎉 成人の日	
10	火	民生児童協議会定例会	俳句講座(大会議室) スポーツボイス同好会
11	水	編み物講座	オカリナ
12	木	冬の足腰筋力アップ体操	百歳体操の日
13	金	いきいき健康ひろば	囲碁
16	月	健康相談	趣味の会
17	火	ニットクラブ	
18	水	ウェーブストレッチ	
19	木	ぽんぽこりんのひろば	パソコン喫茶 百歳体操の日(講座室)
20	金	ふれあい健康教室	囲碁
23	月	マグネット吹き矢	手話の会
24	火	ニットクラブ	スポーツボイス同好会
25	水	ヨガ	つまみ細工講座
26	木		百歳体操の日
27	金	ふれあい健康教室	
30	月	冬の足腰筋力アップ体操	趣味の会
31	火		つまみ細工講座

2月前半の予定

1	水	からだリフレッシュ講座	
2	木		百歳体操の日
3	金	大人のぬり絵	囲碁
6	月	民生児童協議会定例会	趣味の会
7	火		体力づくりサポーター
8	水		オカリナ
9	木	ぽんぽこりんのひろば	百歳体操の日
10	金	いきいき健康ひろば	冬の足腰筋力アップ体操 囲碁
13	月	ヨガ	
14	火	ニットクラブ	俳句講座(大会議室) スポーツボイス同好会
15	水	ウェーブストレッチ	オカリナ

今後の新型コロナウイルス感染症の感染状況により、休止または内容変更となる場合がございます。ご了承ください。実施の有無については、ひろばまでお問い合わせください。