

福祉ひろばだより

H22-5

平成22年9月1日

第52号

四賀地区福祉ひろば

TEL64-3111 (内線200)

「暑いですねえ」のあいさつで過ぎた八月。夏バテはこれから来るそうです。油断せず健康管理に気をつけましょうね。稲穂も風に揺れています。少し過ごしやすくなりました。今月も、いろいろな行事があります。お友達・ご近所お誘いあってお出かけください。

9月のふれあい健康教室

9月14日(火) AM 9時30分～12時 福祉ひろば

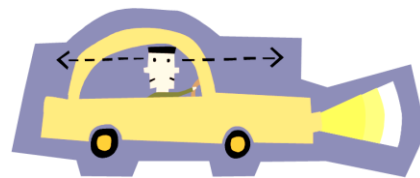
- ・ 血圧測定 (健康手帳のある方はお持ちください)
- ・ 健康体操
- ・ 楽しくストレッチ
- ・ お茶会
- ・ 高齢者交通安全教室 11時～12時



送迎いたします。ご希望の方は事前に福祉ひろばまでお電話ください。
福祉ひろば電話 64-3111 (内線200)

*福祉ひろばでの高齢者交通安全教室

ふれあい健康教室にあわせておこないます。
高齢者の交通安全教室は、わかりやすく楽しく説明していただきます。運転免許を持っていなくてもとてもためになります。
お友達を誘って、ぜひご参加ください。



*いきいき健康ひろば参加者募集

熟年体育大学いきいき健康ひろばコースでは、福祉ひろばを拠点に『インターバル速歩』を中心としたウォーキングなどの運動指導、健康相談・栄養相談が受けられます。
体力づくり、生活習慣病予防にぜひご参加ください。
詳細は、参加者募集の回覧をご覧ください。



〈9月の出前ふれ健〉 午後2時～

9月 2日(火) 井刈町会

9月15日(水) 執田光町会

出前ふれあい健康教室、27町会前期終了です。
ご協力いただいた関係者の方々にお礼申し上げます。

福祉ひろば 9月行事予定

福祉ひろば TEL64-3111(内線200)

日	曜日	午 前	午 後	夜間
1	水		詩吟の会:1時30分～	
2	木	フラワーボトル:9時30分～	出前ふれ健:井刈町会	
3	金	からだ丈夫教室⑨		
4	土			四賀コンサート
5	日			
6	月		いきいき健康教室:1時30分～ データー転送、ストレッチ	
7	火	乙女会:9時～		
8	水	パッチワーク:9時30分～	健康麻雀:1時30分～ 学習部会:4時～	美箏会:7時～
9	木		中央福祉ひろばへ交流会 書道教室:1時30分～	
10	金	からだ丈夫教室⑩		
11	土	ハンドベル:10時～		
12	日	盆栽の会(大田さん宅)	囲碁の会:2時～5時	
13	月			
14	火	ふれあい健康教室 9時30分～		
15	水		詩吟の会:1時30分～ 出前ふれ健:執田光	
16	木	手芸:9時30分～	ひろば喫茶『てまり』 1時30分～	夢お話しの会:7時～
17	金	からだ丈夫教室⑪		
18	土			
19	日		囲碁の会:2時～5時	
20	月			
21	火	乙女会:9時～		
22	水	パッチワーク:9時30分～ 男性の料理教室:10時～	健康麻雀:1時30分～	美箏会:7時～
23	木		書道教室:1時30分～	
24	金	からだ丈夫教室⑫	着物着付け教室:1時30分～ 職員研修	
25	土	ハンドベル:10時～		
26	日	盆栽の会(大田さん宅)		
27	月			
28	火		福祉関係連絡会:3時～	
29	水			
30	木	からだ丈夫体力測定		