

島立

# 福祉ひろばだより

2月号



寒い日が続きますが、皆さまお元気でお過ごしですか？  
 立春とはいえ、松本平の春はまだまだ先のようですね。  
 福祉ひろばは床暖房で、寒い日も暖かく過ごせます。ご近所やお友達を  
 誘って、お気軽に遊びにいらしてください。笑顔でお待ちしております。



☆☆☆

## 月例 ふれあい健康教室

☆☆☆

日時 2月8日(水)

第2水曜日 午前9時30分～11時30分

内容 島立小学校3年生と交流会

・健康相談・血圧測定・歌・脳トレ・ワンポイント情報・茶話会

\*お手伝いいただくスタッフは 堀米町会の 町会長、民生委員、健康づくり推進員  
福祉推進員 の皆さんです。 よろしくお願ひいたします。

お孫さんのいる方、ぜひお越しください！

## 《 島立地区 福祉と健康を語る集い 》

島立に住む住民一人ひとりが、住んでよかった・ずっと住み続けたい、安心・安全・快適なまち「しまだち」をめざして・・・

◇日時 2月23日(木) 午後1:30～3:30

◇会場 島立地区福祉ひろば

◇内容 高齢者の生活 困った時はどうするの？

- ・デイサービスを利用するには？
- ・民生委員の活動
- ・島立にはどんな施設があるの？
- ・認知症への理解 ほか



### ひろば健康講座

寒さで縮こまった身体を  
伸ばしませんか？

★日時 2月27日(月)  
午後1:30～2:30

★内容 大人のためのヨガ

★持ち物 バスタオル  
またはヨガマット

★参加費 300円  
男性の参加も大歓迎！

ひろばが喫茶店に大変身

### ふれあい喫茶

2月16日(木)  
午後1:30～3:30

おいしいお菓子と  
飲み物で100円です



### 「つるしびな」づくり講習会

◇日時 2月15日(水) 13:30～15:30  
2月29日(水) 9:30～11:30

◇持ち物 裁縫道具

◇材料費 800円

※糸、布など材料はひろばで用意しますが、  
使いたい布がありましたらお持ちください

◇2月8日までにお申し込みください

裏面もご覧ください

## 《2月のひろば事業及び利用予定》

\*いろいろなサークルが楽しく活動しています。興味のある方はお気軽におでかけください。

		午前 9:30～	午後 1:30～	夜間			午前 9:30～	午後 1:30～	夜間
1	水	絵手紙教室	リフォームの会		16	木	木曜カラオケ	ふれあい喫茶	
2	木		オールフレンズ		17	金	墨友会	絵てがみ	
3	金	墨友会	絵てがみ		18	土		碁会	
4	土		碁会		19	日			
5	日				20	月	月曜カラオケ	はつらつ体操	
6	月	月曜カラオケ	はつらつ体操		21	火	アートフラワー	アートフラワー	
7	火	アートフラワー	カラオケ教室		22	水		データ転送	
8	水	ふれあい健康教室	いきいきあみもの		23	木	パッチワーク	福祉と健康を語る集い	
9	木	パッチワーク	俳画だより		24	金	俳画だより	マージャン	
10	金		マージャン		25	土	スポレク	碁会	
11	祝	スポレク	碁会		26	日			
12	日				27	月	男性カラオケ	ヨガ講座	
13	月	男性カラオケ	推進協 役員会		28	火	子育て講座	音を楽しむ会	
14	火	童謡唱歌	音を楽しむ会		29	水	つるしびな	ボラ連 三役会	
15	水	手まりの会	リフォームの会/つるしびな						

## 《3月上旬の予定》

1	木	木曜カラオケ	オールフレンズ		8	木	パッチワーク	俳画だより	
2	金		絵てがみ		9	金	絵手紙教室	マージャン	
3	土		碁会		10	土	スポレク	碁会	
4	日				11	日			
5	月	月曜カラオケ	はつらつ体操		12	月	男性カラオケ		
6	火	アートフラワー	カラオケ教室		13	火	童謡唱歌	音を楽しむ会	
7	水	ボラ連役員会	リフォームの会		14	水	ふれあい健康教室	いきいきあみもの	

【推進協 役員会】 2月 13日(月) 午後 1:30～3:30

【福祉と健康を語る集い】 2月 23日(木) 午後 1:30～3:30

【ボランティア連絡協議会】 2月 29日(水) 午後 1:30～3:00 三役会

〈最近のひろばの様子〉

子育て支援講座

五平もちを作しましょう！

☆日時 2月 28日(火)  
午前 10時～12時半

☆持ち物 エプロン・お子様の飲み物  
☆炊きたてご飯をつぶして、五平もちを作ってみんなで食べます。食べることの大切さ楽しさを学びます。



子どもと一緒に  
楽しくお手玉づくり



毎回好評の  
ヨガ講座の様子  
どなたでもご参加  
いただけます