



岡田地区福祉ひろばだより

松本市広報 H29-2
岡田地区福祉ひろば
Tel.45-5168
第250号 H29.8.1

8月 行事予定

- 1日(火)体操しよう会 10:00 ~ 11:00
- 2日(水)リフォームの会 9:30 ~
趣味の会 あみぬい 1:30 ~
- 3日(木)映画鑑賞会&カレー会 9:30~
- 4日(金)夏休み小学生 手工芸 1:00~
- 7日(月)男組(岡田町公民館) 5:00 ~
切り絵教室 1:00 ~
- 8日(火)体力づくりサポーター集会 1:30~
- 9日(水)カラオケひろば 1:00 ~
- 10日(木)キラキラ☆ウォーク 9:30 ~
- 17日(木)趣味の会 あみぬい 1:30 ~
- 21日(月)リフォームの会 9:30 ~
- 22日(火)夏休み小学生 折り紙 1:30~
- 23日(水)カラオケひろば 1:00 ~
- 28日(月)健康相談 9:30 ~ 11:30
切り絵教室 1:00 ~
- 29日(火)四肢筋検診と四肢筋アップ 9:30~
- 30日(水)料理教室 10:00 ~
カラオケひろば 1:00 ~

いきいき健康教室 1日(火) データ転送

保健師相談 16日(水) 1:30~3:00

28日(月) 9:30~11:30

「のびのびの日」 Come on Friday!! Have a great time!!
毎週金曜日9時~5時はひろば大解放!

今月は...
4日
18日
25日

4日 10:30~ 「おたのしみ会」
みんなひろばにあつまれえ~

どうしよう 困ったわ...
子どものこと...自分のからだ...夫婦のこと...
助産師 北原光子さんの【育児相談】
18日 10:30~
相談無料 申込みなし

25日

ふれあい健康教室

- 2日(水)岡田町公民館 9:30
- 3日(木)神沢公民館 1:30
- 9日(水)伊深公民館 9:30
- 23日(水)塩倉公民館 9:30
- 24日(木)山浦公民館 9:30

話題のニュースポーツ体験
キラキラ☆ウォーク!!
『スポーツ吹き矢』・『囲碁ボール』
をやってみよう
10日(木)9:30~ 誰でも参加OK

旭松食品(株)&食改コラボ
高野豆腐七変化
30日(水)10:00~ 材料費500円 定員12名
アミ/酸の宝庫「スーパーフード高野豆腐」毎日の食卓へ
定員でメ切 参加申込みはお早めに!!

~自身の体力を知りこれからの健康維持のために~
(握力と片足立ちの測定など)

四肢筋検診と四肢筋アップ!!

協力:体力づくりサポーター

29日(火)9:30~ 誰でも参加OK

xxx 高原ウオーク 高原カレーランチ 水素の湯でリフレッシュ xxx

ぐるっとちよん in 白馬八方
バスライク 北尾根高原散策 八方温泉水素三味
9月14日(木)9時出発 (8:45集合)【雨天決行】
参加費3,000円 お風呂セット飲み物持参

【申込み日】9月6日(水) 8:30
ひろば窓口15名 + ひろば電話10名 = 計25名
一人ひとりの受付となります