

# ひろば通信 号



こんにちは。寒さもやっとゆるんできたようで、花の便りが待ち遠しいですね。そろそろ外でウォーキングもいいですが、春とはいえ寒い日は、あたたかい福祉ひろばへおでかけください♪福祉ひろばでは、「ふれあい健康教室」や「喫茶」その他にも楽しい事業を企画しています。今月は、鎌田地区福祉ひろばと安原地区福祉ひろばの「ふれあい健康教室」をご紹介します！

## 鎌田地区福祉ひろば

### 「ふれあい健康教室」



2/19（月）鎌田地区福祉ひろばでは、「ふれあい健康教室」が開かれました。現在、鎌田地区の体力づくりサポーターさんは、24名。当日は、9名のサポーターさんが、司会から体操・脳トレなど、おそろいのユニホームで大活躍していました。サポーターとしての活動については、「楽しく活動している♪」とおっしゃる通りに笑いのたえない楽しい「ふれあい健康教室」でした。



↑司会も♪



↑歌も♪♪♪



ふれ健当日は、平昌オリンピック真っ最中で、スケートの小平選手が500mで金メダルを取った翌日だったため、ストレッチは、バンザイからスタートでした！



↑連合会長さんのあいさつ



↑お薬なんでも講座



↑健康づくり推進員さんは茶話会で健康クイズ

鎌田地区福祉ひろばのふれあい健康教室は、住民の方々が活躍する笑顔あふれる楽しい「ふれあい健康教室」でした♪♪♪

# 安原地区福祉ひろば

## 「ふれあい健康教室」



2/20（火）安原地区福祉ひろばでは、ふれあい健康教室が開かれました。『水引で春の小物作り』ということで、松本養護学校高等部しなの木教室の皆さんに教えていただきました！「あわじ結び」という結び方で、梅の花の形のストラップを教えていただいたのですが、見た目以上に難しく、互いに教え合ったりで、皆が仲良くなり、「ありがとうね」と和やかムードに♪参加者さん達も出来上がったストラップを持って嬉しそうでした。



## 🌸🌸 コーディネーター紹介 🌸🌸

コーディネーターさんの紹介をします！座右の銘を聞いてみました！

### ★笹賀福祉ひろば★

山田 美恵子さん（右）  
「情けは人のためならず」  
三澤 哉江さん（左）  
「千里の道も一歩から」

### ★波田福祉ひろば★

梅山 一枝さん（右）  
「苦手は財産！不器用は才能！」  
古田 咲美さん（左）  
「進む！」

