

# ひろばだより安原

福祉ひろば<直通> TEL 33-0168  
公民館 <代表> TEL 39-0701

H 30. 3. 1 第318号

[http://www.fukushihiroba.com/yasuhara\\_1](http://www.fukushihiroba.com/yasuhara_1)

## ふれあい健康教室

3月20日(火) 13:30~

『長~いの巻きを作ろう』  
今年も気持ちを一つに one soul!  
エフロン・三角巾をお持ちください

保健師が在所します

## 子育ての集い

3月6日(火) 10:00~

大きくなったね!  
「まよめの会」



保健師が在所します

## お茶カフェ「あさば野」

3月9日(金) 11:30 オープン

桜もちと抹茶フリンで  
100円です



「物忘れ・健康相談」~ひろば相談室まで  
対応/中央北包括支援センター

## あさばの映画鑑賞会

3月1日(木) 13:30~

英国TV作品「シャーロック」



4月5日(木) 13:30~

「レッドクリフ Part1」

~三国志の完全映画化~

主演/トニー・レオン リン・チーリン

## ウォーキングの日

3月14日(水) 10:00

「室内で楽しくストレッチ」

指導/ 小林 美穂 先生

終了後は皆でカレーを  
いただきます!



## 大人のぬり絵

人気です

3月15日(木) 10:00~

図案を選んで、色をかさねる...  
春のイメージが膨らみます  
手ぶらで気軽にお越しください



## 『福祉を語る集い』開催のお知らせ

3月3日(土) 13:30~15:00

「相手の心に寄り添う話の聴き方」

講師/NPO 法人ホールファミリーケア協会 山田 豊吉 先生

安原地区公民館 2階大会議室



## 3月ひろば事業の予定

日	曜	午前10:00～	午後1:30～
1	木	連絡会	あさばの映画鑑賞会
2	金	9:30～体力づくりサポーター育成集会	ミュージックベル
3	土		「福祉を語る集い」
5	月	9:30～ピンピンキラキラ振返り講座	詩吟・習字
6	火	子育て「まとめの会」	井戸端クラブ
7	水		短歌
9	金	お茶カフェ「あさば野」11:30オープンです	
12	月		体操
13	火	ヨガ教室	
14	水	ウォーキング「まとめの会」	カラオケ(2階視聴覚室)
15	木	大人のぬり絵	
16	金		ミュージックベル
19	月		詩吟・習字
20	火	体幹ストレッチ講座	ふれあい健康教室「長～いのり巻きを作ろう」
21	水	春分の日(祝)	
22	木	館内清掃日	職員研修のため不在になります
23	金		
26	月	ヨガ教室	体操
27	火		ぜらの会
28	水		カラオケ



4月初めの予定 ※4月より「ウォーキングの日」が第1月曜日10時からになります

2	月	連絡会 ウォーキング	詩吟・習字
3	火	子育ての集い開放日	井戸端クラブ
4	水		短歌
5	木		あさばの映画鑑賞会

メンバー募集中! **ミュージックベル**

～毎月第2・第4金曜日午後1時半から

♪ 楽しく活動中です。あなたも

仲間に入りませんか♪

初めての方大歓迎です!

指導/堀江 睦さん



～ひろばから～



陽ざしが春のおとずれを告げる頃となりました。

見慣れているはずの常念岳ですが、毎年この頃の雄姿にシャッターを押してしまいます。三月はまとめの月、気分転換に暖かいひろばにお越しください。