

鎌田地区福祉ひろばだより

回覧



風薫る新緑の季節となりました、お散歩しながらひろばに足を運んでみませんか！？

R7年5月1日
鎌田地区福祉ひろば
事業推進協議会

折形で認知症予防講座

日時 5月19日(月) 9:30～

内容 縁起のいい菖蒲の花を折って色紙に貼し節句を祝いましょう☆

手先を使った後は、フレイル予防体操を行います。

定員 25名(申し込み必要)

※定員になり次第締切り

参加費 200円

折形講師:松尾久美子先生
(小笠原流礼法師範)



喫茶 ニコニコサロン

日時 5月29日(木)
13:30～15:30

参加費 100円

今月は、おたすけ隊が美味しい「わらび餅風」を作ってくれます♪ お楽しみに！
この日は包括支援センター職員も居て「高齢者なんでも相談日」にもなっていますので、お気軽にお越しください☆
ご近所お誘い合わせてお出掛けください！



めざせ！ピンコロ体操

日時 5月12日(月) 9:30～
5月23日(金) 9:30～

内容 寝たきりにならないように、いつまでも元気で暮らせる為に、エルダーを使って運動をしましょう♪

定員 各25名(申し込み必要)

持ち物 水分



「のど自慢大会」

日時 5月16日(金) 9:30～

内容 エルダーが、バージョンアップして鎌田にやってきました♪ そこで、歌好きさんを募集します。上手下手関係なく歌うのが好き、聞くのが好き鎌田地区住民ならどなたでも参加できます。参加賞はもちろん、色々な賞を用意してお待ちしています☆

定員 25名(申し込み必要)

締め切り 5月13日(火)まで

※観客としても申し込み可



「ニュースポーツを楽しもう！」

日時 5月28日(水) 9:30～

場所 鎌田地区体育館

内容 「ボッチャ」「モルック」を皆で楽しみましょう♪ チーム対抗で勝ったチームは豪華景品がもらえるよ～！
ルールがわからなくても大丈夫優しく教えるからね♡

持ち物 上履き、水分、タオル

※人数把握の為申し込みください。



☆ウェーブリング☆

5月8日(木) 13:30～

講師: 田中 花 先生

☆育児相談日☆

5月15日(木)

9:30～11:00



鎌田福祉ひろばへのお問い合わせ 27-8168 (裏面もあります)



福祉ひろば5月の事業



日付	曜日	午 前 (9:00~12:00)	午 後 (13:00~16:00)
1	木	夢うぐいす	カラオケ(B)(13:30~)
7	水	百歳体操(9:30~)	あすなろ(囲碁)
8	木	打ち合わせ(10:00~)	健康講座ウェープリング(13:30~)
9	金	ハンギングバスケット講習(9:30~)	いきいき
12	月	めざせ!ピンコロ体操(9:30~)	
13	火	夢うぐいす/石芝東出前ふれ健	GG かまだボイス
14	水	百歳体操(9:30~)	南幼稚園児が来てくれます! 楽しく一緒に交流しましょう
15	木	育児相談(9:30~11:00)	
16	金	のど自慢大会(9:30~)	
19	月	折形で認知症予防(9:30~)	
20	火	弥生町出前ふれ健(10:00~)	
21	水	百歳体操(9:30~)/五月町出前ふれ健	囲碁・将棋を楽しもう!(児童センターと)
22	木	歩かま(9:00~)	カラオケ(B)
23	金	めざせ!ピンコロ体操(9:30~)	マミー☆ボイス
25	日	ひろば利用者草取り(9:00~)	
26	月	夢うぐいす	体力づくりサポーター勉強会(13:30~)
27	火		GG かまだボイス
28	水	ニュースポーツを楽しもう!(9:30~)	
29	木		ニコニコサロン(13:30~15:30)



6月 初旬の予定



4	水	百歳体操(体力測定)
5	木	打ち合わせ
9	月	リトミック(10:00~)

「楽しいリトミック」

6月9日(月) 10:00~

リズムに合わせて手拍子したり、体を動かしたりして、楽しい時間を過ごし心も体もリフレッシュさせましょう♪

みんな待っているよ~(^^) /

定員 25名(申し込み必要)

講師: 布野 栄次 先生



「歩かま」



日時 5月22日(木) 9:00~

集合場所 空港図書館前

内容 スカイパークの花木を見ながら
楽しく歩きませんか!?

持ち物 水分、タオル等

※ 雨天時は、ひろばでストレッチ・筋トレを行います。共催 鎌田地区公民館

「ひろば利用者草取り」

日時 5月25日(日) 9:00~

(雨天時 6月1日(日) 9:00~)

※ 人数把握の為申し込みしてください。

持ち物 草取りに必要な物