



第三ひろばだより 6月号



令和7年6月1日 No.313

6月のふれあい健康教室

高齢者の熱中症対策

日時: 6月18日(水) 9:30~
 (※夏季熱中症対策のため午前中)
 場所: 第三地区公民館 大会議室

年々気温が上昇し、増加している熱中症について
 大塚製薬の稲葉さんからお話を聞いて備えましょう。

☆当月お誕生日の方には写真と記念品をプレゼント

6月当番町会: 四ツ谷町・若松町

おひさまキッズ(子育て支援)

日時: 6月5日(木) 10:00~
 場所: 第三地区福祉ひろば
 『子どもの才能を伸ばすお母さん心理学』

ひろばに遊びに
 来てお友達を
 いっぱいつくろう



次回7月3日(木)は
 「七夕かざりを作ろう+栄養相談」だよ!

男のふれ健(男の料理教室)



日時: 6月27日(金) 10:00~
 場所: 第三地区公民館 料理実習室
 持ち物: エプロン・三角巾・マスク・手拭い

香味野菜ソースのさっぱりサイコロステーキほか
 初夏の献立を食改の皆さんと作って会食します。

お気軽にご参加ください。参加費無料



定員25名。申込みは第三地区福祉ひろばまで

初夏の白馬五竜高山植物園 日帰りバスでウォーキング



日時: 7月9日(水) 8:30出発
 定員: 25名(第三地区の方優先)
 参加費: 3,000円
 (食事代・交通費・ゴンドラ代込)
 北アルプスを一望しコマクサやヒマラヤの青いケシが
 咲く植物園を散策しましょう。雨天決行

ウォーキングしやすい服装でご参加下さい。飲み物は各自でお持ち下さい。帰着は16時頃予定です。

申込みは第三地区福祉ひろばまで
 ~6月30日(月)まで 電話・窓口で受付

誰もが気軽に集える場

みつばちかふえ(よろず相談)



日時: 6月23日(月) 10:00~
 場所: 第三地区福祉ひろば

食生活改善推進協議会による

第1回 第三地区調理講習



日時: 6月25日(水) 10:00~
 場所: 第三地区公民館 料理実習室
 申込みは第三地区福祉ひろばまで



☆エルダー体操はじまります☆

日時: 6月3日(火) 9:30~10:00
 場所: 第三地区福祉ひろば

映像と音楽に合わせて体を動かしましょう
 申込不要で誰でも気軽に参加できます。
 (次回は7月1日(火) 9:30~です)





《 6月の予定表 》

☆はひろば事業

日	曜日	ひろば事業（参加自由）・サークル			その他の行事
		午前事業		午後事業	
6/1	日				
6/2	月			13:00 ☆健康麻雀(すずめの会)	
6/3	火	9:30	☆エルダー体操		
6/4	水			13:30 民児協定例会	
6/5	木	10:00	☆子育て支援おひさまキッズ 子どもの才能を伸ばすお母さん心理学		9:30 あがたの森を 散策しよう
6/6	金	10:00	☆さわやか太極拳		
6/7	土				
6/8	日				
6/9	月			13:00 ☆健康麻雀(すずめの会) 13:30 ☆童謡唱歌を歌おう会(公民館)	
6/10	火	10:00	あじさいの会(ハーモニカ)	13:30 ☆カラオケ倶楽部	
6/11	水	9:30	☆JTRCいきいきデータ転送		
6/12	木			13:30 ☆切り絵	
6/13	金			13:30 もえぎ会	
6/14	土				
6/15	日				13:30 水無月コンサート
6/16	月				
6/17	火			13:30 ☆絵手紙 お題:初夏の楽しみ	
6/18	水	9:30	☆ふれあい健康教室(高齢者の熱中症対策) 場所:第三地区公民館 大会議室		
6/19	木	10:30	ねっこだっこ	13:30 写真同好会	
6/20	金	10:00	☆さわやか太極拳	13:30 民踊レクダンス	
6/21	土				
6/22	日				
6/23	月	10:00	みつばちかふえ	13:00 ☆健康麻雀(すずめの会)	
6/24	火	10:00	あじさいの会(ハーモニカ)	13:30 ☆カラオケ倶楽部	
6/25	水				10:00 第三地区調理講習
6/26	木		生活支援員 三澤在所日(9:30~16:00) 担当保健師 山本在所日(13:00~15:00)		
6/27	金	10:00	☆男のふれ健(男の料理教室)		18:00 居酒屋公民館
6/28	土				
6/29	日				
6/30	月			13:00 ☆健康麻雀(すずめの会)	