

ひろばだより 364



令和7年7月1日発行
田川地区福祉ひろば事業推進協議会
田川地区福祉ひろば
TEL/FAX 28-1168

今月は腸活・脳・体力などの内容で行事を予定しました。一気に暑くなり、動きたくない・・・その気持ちわかりますが、涼しいひろばで身体のチェックをしましょう。そして元気に夏をすごしましょう。

ふれあい健康教室 7月3日(木)10:00

「脳フィットネスと若返りの運動療法」

講師：一ノ瀬脳神経外科

次回は、8月7日(木)です。



お手伝いは、体
力づくりサポ
ーターさん、レク
リエーションは、
民生児童委員さ
んです。

※体調がすぐれない場合は、出歩かずお家でしっかり体を休めましょう。

バス研修 7月15日(火)

「八千穂高原自然園」

集合場所：田川公民館 / 時間：8時15分

参加費：2,000円

申し込み・お問い合わせは、ひろばまで。

ヘルシーテラス

7月4日(金)10:00～

「腸活セミナー」

腸年齢チェックなどをおして大腸に大切なビフィズス菌や腸活についてのお話です。

お話は森永乳業健幸サポート栄養士。

申込不要。持ち物：水分

8月1日(金)10:00～

「フレイル検診」

フレイルチェック(体力測定)とフレイル予防運動を行います。測定結果を見ながら、自分の身体と向かい合ってみましょう。

申込不要。持ち物：水分、タオル



たがわチャイルドひろば

7月17日(木)10:00～

子育て支援講座「栄養のお話」

お話は、管理栄養士 瀧川真由美さん。

七夕人形と七夕飾りも作ります。

★持ち物 おやつ代(1家族¥100)

★申込不要



ひろば喫茶

ボランティア部

7月18日(金) 10:00～

「たまには おしゃべり喫茶」

少し、お楽しみ時間があります。

コーヒーor紅茶+お菓子で¥100

田川いきいきサロン

7月22日(火)10:00～田川公民館

「こころにホッとコンサート」牛山孝介先生

「マジックショー」スマイルの皆さん

豪華二本立てです！

＊健康づくり課保健師による相談日のお知らせ！7月3日(木)午前、17日(木)午前です。

7月



ひろばの活動紹介:<雀の会> 毎月第2・第4水曜日、13:30スタートの健康
マージャンサークルです。初心者でも大丈夫！教えあいながら楽しんでいます。
涼しいひろばで脳トレしましょう。一度見学に来てください。

日	曜	ひろばの行事 ◆印とサークル活動は参加自由です	サークル活動		その他の行事・会議等
			10:00	13:00	
7/1	火	民生児童委員定例会			0840 ラジオ体操
2	水	田川小2年生交流会(七夕まんじゅう)	健康体操	創作手まり教室	
3	木	◆ふれあい健康教室 10:00～ ◆健康づくり課保健師相談日			0840 ラジオ体操
4	金	◆ヘルシーテラス10:00～			
7	月	田川小3年生交流会(カータリ人形) ◆らく～な体操 10:00～		ふるさとの会	
8	火				0840 ラジオ体操
9	水	田川小2年生交流会(七夕人形)	健康体操	雀の会	
10	木	地区生活支援員在所日	趣味の会		0840 ラジオ体操
11	金	◆絵てがみ 13:00～	歩こう会		
14	月	◆スポーツボイス 10:00～ ◆クラフトの日 13:30～			
15	火	◆バス研修			0840 ラジオ体操 夕涼み実行委員会
16	水	◆紙の日 13:30～	健康体操		
17	木	◆たがわチャイルド 10:00～			0840 ラジオ体操
18	金	◆ひろば喫茶 10:00～ ◆リエンの会 13:30～			
22	火	◆田川いきいきサロン 10:00 体サポ地区集会 13:30			0840 ラジオ体操
23	水		健康体操	雀の会	
24	木	地区生活支援員在所日	趣味の会		0840 ラジオ体操
25	金	いきいき健康ひろば	歩こう会ひろば		
26	土	◆ぼんぼん・青山様のつどいと夕涼み			
28	月	◆らく～な体操 10:00～ 職員研修 14:00(職員不在)			
29	火				0840 ラジオ体操
30	水		健康体操		
31	木				0840 ラジオ体操
8/1	金	◆ヘルシーテラス10:00～			
4	月	◆田川いきいきサロン 10:00		ふるさとの会	
5	火	民生児童委員定例会			0840 ラジオ体操
6	水		健康体操	創作手まり教室	
7	木	◆ふれあい健康教室 10:00～			