

内田福祉ひろばだより



突然クマと遭遇したらどうしますか？～なんて考えたくないですね！最近そんなニュースをよく耳にします。もしもの時に正しい方法で対処できるよう情報収集しておきましょう。



NO.341

令和7年9月1日

内田地区福祉ひろば発行

TEL:85-5168

ふれあい健康教室

9月17日(水) 9:30~11:30

〈 防災訓練 〉

消火器の使い方は知っていますか？
避難訓練と消火訓練を行って
いざというときに備えましょう。



福祉交流のつどい

9月8日(月) 9:30~11:30

「太極拳 その②」

前回に続いて2回目の講座です。
斎藤明美先生をお迎えして、呼吸を意識しながらゆっくり体を動かしましょう。



ひろば喫茶 “よってけや”

9月12日(金) 10:30~14:00

飲み物 100円 (フルーツパフェ付き)
ランチ 300円 ~三色丼&すまし汁~



~ごゆっくりどうぞ! (^^♪~

親子ひろばは「うんどう会」です

9月26日(金) 10:00~11:00

明善つどいの広場のお友達と一緒に
運動やゲームで楽しみましょう!



予告!!

10月4日(土)は「親子ウォーキング」

育成会の“焼いも会”と共催で、おも
を焼いている間にスタンプラリーをします。
戻ってきてからみんなでいただきます。
詳しい内容は育成会からのお便りをご覧ください。
親子さんでのご参加をお待ちしています。

※おでかけウォーキングはお休みです※

ひろばレクリエーションのお知らせ

9月30日(火) 8:00ひろば集合



秋のレクは、白樺湖で「健康いきいき診断プログラム」に参加します。
健康運動指導士の皆さんに座学と実践で健康づくりのポイントを指導していただきます。
講座の後は美味しいランチを頂いて、湖畔を自由に散策しましょう。
詳しくはオレンジ色のチラシを見てね!

- ★ マスク着用に関しましては、個々の事情に応じて着用してください。
- ★ すべての事業は申し込みが必要となります。

内田地区福祉ひろば

☎ 85-5168

内田地区福祉ひろば

ホームページQRコード→

