



南郷福祉ひろばだより



ふれあい健康教室 5月20日(月)13:30~

マジックサークルスマイル さんによる

マジックショー★

当番町会☆ 横田第3・5町会・民生委員・健康づくり推進員の皆さんです☆

13時に集合でお願いします **持ち物:水分**

送迎をご希望の方は前の週の金曜日までにご連絡ください (南郷福祉ひろば ☎32-6270)

❀ おしゃべり場南郷 ❀

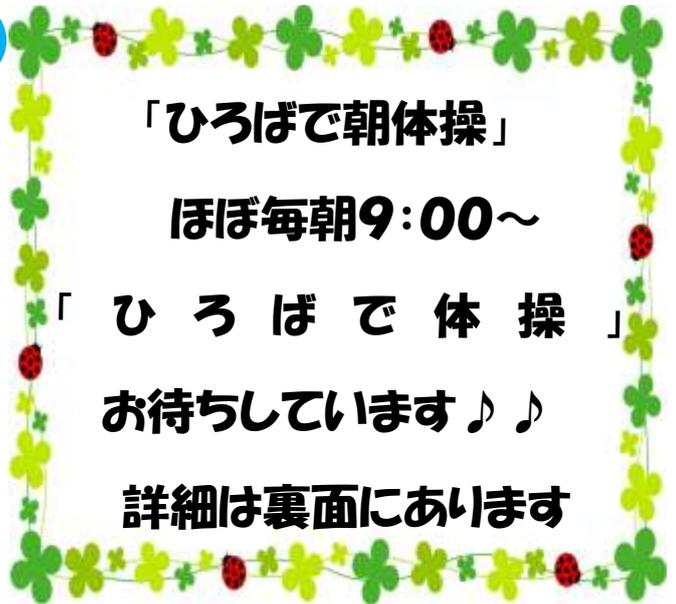
5月31日(金)13:30~

お茶をしながらフレイル予防!

気軽に一緒におしゃべりしましょう!

地区生活支援員さんも来ていますよ。

ひろばでお待ちしています♪



「ひろばで朝体操」

ほぼ毎朝9:00~

「ひろばで体操」

お待ちしております♪♪

詳細は裏面にあります

《新緑散策ウォーキング》

5月8日(水) 9:30~午前中

ひろばで朝体操の後出発します☺



惣社周辺→松本民芸館→かりがねサッカー場
トイレ休憩→南郷ひろば



持ち物: 水分 帽子 動きやすい恰好で

※4月30日から受付開始 先着10名 要予約
みんなで一緒に歩きましょう☆
TEL 32-6270

☕ひろば喫茶☕

5月14日(火)

10:00~



メニュー: 柏餅

を用意してお待ちしています★

11:30~北ふれあいホーム

コーヒー・紅茶代100円

お当番は 囲碁・将棋の会の方

お願いします♪

・その他ボランティア出来る方を数名募集
します。お手伝いできる方はご連絡くださ

い♪☺☎ 32-6270

5月の予定

☆全て参加自由です☆

南郷福祉ひろば

		ひろばで 朝体操	事業・グループ活動	
日	曜	時間	午前(10:00)	午後(13:30)
1	水	9:00	※いきいきデータ通信	音楽を楽しむ会
2	木	9:00	ベルの会	囲碁・将棋の会
3	金		建国記念日	
4	土		みどりの日	
5	日		こどもの日	
6	月		振替休日	
7	火	9:00		★スマホ寺子屋
8	水	9:00	太極拳/★新緑散策ウォーキング	茶道の会
9	木		書道の会	絵手紙の会 はり絵
10	金	9:00	ハンドメイドひなげし	楽しく学ぶ古文書
11	土			
12	日			
13	月	9:00	童謡唱歌の会	※5館情報交換会使用
14	火		★ひろば喫茶 柏餅 	★ひろば開放
15	水	9:00	音楽を楽しむ会	茶道の会
16	木	9:00	ベルの会	囲碁・将棋の会
17	金		★南郷保育園年長さんと交流『はじめましての会』 ハンドメイドひなげし	★ひろば開放
18	土			
19	日			
20	月		※体力サポート会議で使用	★ふれあい健康教室 
21	火	9:00	楽・楽キッチン	★ほのぼのタイム(百歳体操など)
22	水	9:00	太極拳	ボランティアの日
23	木	9:00	書道の会	絵手紙の会 文字を書く
24	金	9:00	ハンドメイドひなげし	★ひろば開放
25	土			
26	日			
27	月	9:00	童謡唱歌の会	※2:30~推進協議会・運営委員会で使用
28	火	9:00	おやじの昼ご飯	※プラザさん使用
29	水	9:00		
30	木	9:00		
31	金	9:00		★おしゃべり場なんごう(おしゃべりバー)

★予告★ 7月2日(火)『上高地ウォーキング』開催

※ お昼代がかかります 参加受付6月14日から 南郷福祉ひろばまでご連絡ください
詳細はひろばだより6月号でお知らせいたします。



🌸ボランティアの日5月22日(水) 13:30~

折り紙でお花作りをします。 ボランティアに参加いただける方はぜひお越しください。おまちしております。



🌸ひろば開放 ・5月14日(火) 12:00~・17日(金) 13:30~麻雀・囲碁・読書 等

6月の予定 ★健康講座 『やさしいヨガ教室』10日(月) 13:30開催

《要予約5月29日から受付開始 先着15名 参加無料》持ち物: ヨガマットかバスタオル 水分