



今年の夏は『暑いですねー』を挨拶代わりにするくらい暑かったですね。昼間はまだまだ暑い日が続きそうですが『暑さ寒さも彼岸まで』とか？もうひと頑張り体調管理に気をつけて楽しい『食欲？スポーツ？の秋』を迎えたいですね。

### ひろばまつり最終打合せ &一斉清掃

日 時：9月19日（水曜日）  
会 議：午後2時30分より  
一斉清掃：午後3時30分より  
打合せ会議終了後一斉清掃です。関係役員の皆様、ひろば利用サークルの皆様ご協力をお願い致します。帽子、軍手、草かき等各自ご持参下さい。



### 10月ふれあい健康教室

お薬なんでも講座

#### 『健康食品について～』

日 時：10月3日（水）  
午前9時30分～11時30分  
講 師：並柳クリーン薬局  
薬剤師 杉澤 哲さん  
『健康食品とは？』栄養機能食品・サプリメントetc… 違いや機能についてのお話です。お薬の質問もOK 参加下さい。



## 『第21回庄内地区福祉ひろばまつり』



日 時：9月23日（日曜日） 受付 午前9時～  
開始 午前9時30分～



受付の際、おにぎり引換券・抽選券をお渡します。最後までご観覧下さい。



#### 昼食

12:00～12:50  
お茶とおにぎりのサービス  
おにぎり引換券と引き換えになります。



9:30～14:00  
筑摩小学校金管バンド  
ストレッチ体操  
午前の部 サークル発表  
（民謡・カラオケ）  
筑摩小学校 合唱団発表  
午後の部 サークル発表  
（大正琴・童謡を歌いましょう）



9:30～14:00

- ★ 健康づくりコーナー★  
（今年も体組成計あります）
- ★ 介護用品コーナー★  
（福祉用品展示・販売します）
- ★ もの忘れ相談室★  
（認知症？  
もの忘れ？相談下さい）

14:00～ 抽選会  
お楽しみに！！



## 第7回健康づくりウォーキング 参加者募集！！

日 時：10月13日（土曜日） 雨天の場合は10月14日（日曜日）

集 合：午前8時30分（庄内公園芝生グラウンド）

申し込みは町会長・庄内公民館・庄内地区福祉ひろばへ、参加者の皆さんには記念品を差し上げます。9月号公民館ニュースにも掲載してあります。当日は飲み物を持参下さい。若い世代の親子も含め皆様の参加お待ちしております。



9月1日～10月7日  
庄内地区福祉ひろば行事予定



9月	午前の事業		午後の事業		
	時間	事業名	時間	事業名	
3	月	10:30～12:00 やんちゃくらぶ	13:30～15:30	民踊、新舞踊(さくら会)	
4	火	9:30～10:30 高齢者体操(スウェーデンに学ぶ)	13:30～15:30	茶道	
5	水	9:30～11:30 民生児童委員協議会(定例会)	13:30～16:00	カラオケ	
6	木	9:30～11:30 大正琴	13:30～15:30	ゆう花の会	
7	金	9:30～11:30 昭和趣味の会	13:30～15:30	書道(毛筆を楽しもう)	
10	月		13:30～15:30	民踊、新舞踊(さくら会)	
11	火	9:30～10:30 高齢者体操(スウェーデンに学ぶ)	13:30～15:30	いきいき健康ひろば	
12	水	10:00～11:30 ストレッチ体操	13:30～16:00	カラオケ	
13	木	9:30～11:30 大正琴	13:30～15:30	さわやか健康クラブ	
14	金	9:30～11:30 童謡を歌いましょう	ひろばまつり最終打合せです。関係役員の皆様出席をお願い致します。終了後一斉清掃への協力もお願い致します。		
17	月	敬老の日 お休み			
18	火	9:30～10:30 高齢者体操(スウェーデンに学ぶ)	13:30～15:30	茶道	
19	水		14:30～15:30	ひろばまつり最終打合せ & 一斉清掃	
20	木	9:00～11:00 歩こう会	13:30～15:30	ゆう花の会	
21	金	9:30～11:30 昭和趣味の会	13:30～15:30	書道(毛筆を楽しもう)	
22	土	13:30～	ひろばまつり前日準備		
23	日	9:00～	第21回庄内地区福祉ひろばまつり		
24	月	振替休日			
25	火	9:30～10:30 高齢者体操(スウェーデンに学ぶ)	13:30～15:00	第18回ひざ痛予防運動	
26	水	10:00～11:30 ウェーブストレッチ	13:30～16:00	カラオケ	
27	木	9:30～11:30 大正琴	初めての方も大歓迎です。参加お待ちしております。		
28	金	9:30～11:30 童謡を歌いましょう			
卓球:毎週 月・水・金 9:30～11:30 (但し 9月17・24日はお休みです。)					

10月	午前の事業		午後の事業	
	時間	事業名	時間	事業名
1	月	10:30～12:00 やんちゃくらぶ	13:30～15:30	民踊、新舞踊(さくら会)
2	火	9:30～10:30 高齢者体操(スウェーデンに学ぶ)	13:30～15:30	茶道
3	水	9:30～11:30 ふれあい健康教室	13:30～16:00	カラオケ
4	木	『健康食品について』のお話です。参加下さい。		13:30～15:30 ゆう花の会
5	金	9:30～11:30 昭和趣味の会	13:30～15:30	書道(毛筆を楽しもう)

どの事業もいつからでも参加できます。初めての方も気軽にどうぞ！  
但し、いきいき健康ひろばは会員制です。簡単料理教室は事前にお申し込みください。

