



《ちょっとのぞいてみませんか》 **65歳以上の方が対象です!!**

場所：保健福祉センター「はなみずき」

ふれあいボランティアグループが、高齢者のふれあいのために、いろいろな活動をしています。
皆さん、お待ちしております。

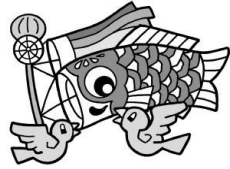
お問い合わせ・・・
包括ケア推進課 TEL 34-3288

4月 保健福祉センターふれあい事業

日	曜日	団体名	行事名	時間	内容
1	月	コーラスあざみ	みんなで楽しく歌いませんか	10:00～11:30	季節の歌、懐かしい歌と一緒に歌いましょう
2	火	カトリア会	大正琴を楽しみましょう	13:00～15:30	初めての方も一緒に大正琴を楽しみましょう。
3	水	さわやか麻雀同好会	みんなで楽しく健康麻雀	13:00～16:45	初心者も歓迎！一緒に健康麻雀をしましょう
5	金	ひまわりの会	手芸の日、何を作るかお楽しみ	10:00～12:30	小物作りの他、編み物もできます ※手芸に必要なものは持参
8	月	楽ヨーガ	一緒にヨガをしませんか	13:30～15:00	ヨガで心も体もリフレッシュしませんか
9	火	ペタンクしまだ	ペタンクを楽しみましょう	9:20～11:30	みんなでニュースポーツのペタンクをやいましょう
9	火	カトリア会	大正琴を楽しみましょう	13:00～15:30	初めての方も一緒に大正琴を楽しみましょう。
10	水	笑顔クラブ	絵手紙を描こう	10:00～12:00	親しい人、たまには手紙を・・・あなたの心を伝えたい
11	木	うづき	みんなで体を動かそう	13:00～15:00	遊具で遊ぶ、ビデオ体操、講師による体操
12	金	ひまわりの会	手芸の日、何を作るかお楽しみ	10:00～12:30	小物作りの他、編み物もできます ※手芸に必要なものは持参
16	火	ぎんの会	美しい「詩歌」を吟じて健康づくり	10:00～11:30	漢詩、短歌、俳句お腹に力を入れて力いっぱい歌ってみよう
19	金	さわやか麻雀同好会	みんなで楽しく健康麻雀	13:00～16:45	初心者も歓迎！一緒に健康麻雀をしましょう
26	金	ひまわりの会	手芸の日、何を作るかお楽しみ	10:00～12:30	小物作りの他、編み物もできます ※手芸に必要なものは持参
26	金	さわやか麻雀同好会	みんなで楽しく健康麻雀	13:00～16:45	初心者も歓迎！一緒に健康麻雀をしましょう

★日程を変更する場合があります。初めて参加される方は、事前に包括ケア推進課(34-3288)までご連絡をお願いいたします

★問い合わせの場合「はなみずきふれあいの〇〇に参加したい」とご連絡ください。



《ちょっとのぞいてみませんか》

65歳以上の方が対象です!!

場所:保健福祉センター「はなみずき」

ふれあいボランティアグループが、高齢者のふれあいのために、こんなことをしています。皆さん、お待ちしております。

お問い合わせ・・・

包括ケア推進課

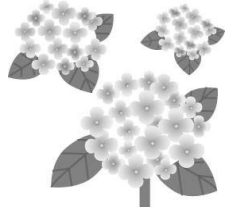
TEL 34-3288

5月 保健福祉センターふれあい事業

日	曜日	団体名	行事名	時間	内容
7	火	コーラスあざみ	みんなで楽しく歌いませんか	10:00~11:30	季節の歌、懐かしい歌と一緒に歌いましょう
7	火	カトリア会	大正琴を楽しみましょう	13:00~15:30	一緒に大正琴を楽しみましょう。
8	水	さわやか麻雀同好会	みんなで楽しく健康麻雀	13:00~16:45	初心者も歓迎!一緒に健康麻雀をしましょう
8	水	ひまわりの会	手芸の日、何を作るかお楽しみ	13:00~15:00	小物作りの他、編み物もできます ※手芸に必要なものは持参
8	水	笑顔クラブ	絵手紙を描こう	10:00~12:00	親しい人、たまには手紙を・・・あなたの心を伝えたい
9	木	うづき	みんなで体を動かそう	13:00~15:00	遊具で遊ぶ、ビデオ体操、講師による体操
14	火	ペタンクしまだ	ペタンクを楽しみましょう	9:20~11:30	みんなでニュースポーツのペタンクをやいましょう
17	金	さわやか麻雀同好会	みんなで楽しく健康麻雀	13:00~16:45	初心者も歓迎!一緒に健康麻雀をしましょう
21	火	ぎんの会	美しい「詩歌」を吟じて健康づくり	10:00~11:30	漢詩、短歌、俳句お腹に力を入れて力いっぱい歌ってみよう
22	水	ひまわりの会	手芸の日、何を作るかお楽しみ	13:00~15:00	小物作りの他、編み物もできます ※手芸に必要なものは持参
22	水	さわやか麻雀同好会	みんなで楽しく健康麻雀	13:00~16:45	初心者も歓迎!一緒に健康麻雀をしましょう
23	木	カトリア会	大正琴を楽しみましょう	13:00~15:30	一緒に大正琴を楽しみましょう。
27	月	楽ヨーガ	一緒にヨガをしませんか	13:30~15:00	ヨガで心も体もリフレッシュしませんか
31	金	さわやか麻雀同好会	みんなで楽しく健康麻雀	13:00~16:45	初心者も歓迎!一緒に健康麻雀をしましょう

★日程を変更する場合があります。初めて参加される方は、事前に包括ケア推進課(34-3288)までご連絡をお願いいたします

★問い合わせる場合「はなみずきふれあいの〇〇に参加したい」とご連絡ください。



《ちょっとのぞいてみませんか》

65歳以上の方が対象です!!

場所: 保健福祉センター「はなみずき」

ふれあいボランティアグループが、高齢者のふれあいのために、こんなことをしています。皆さん、お待ちしてま〜す。

お問い合わせ・・・

包括ケア推進課

TEL 34-3288

6月 保健福祉センターふれあい事業

日	曜日	団体名	行事名	時間	内容
3	月	コーラスあざみ	みんなで楽しく歌いませんか	10:00~11:30	季節の歌、懐かしい歌と一緒に歌いましょう
4	火	カトリア会	大正琴を楽しみましょう	13:00~15:30	初めての方も一緒に大正琴を楽しみましょう。
5	水	さわやか麻雀同好会	みんなで楽しく健康麻雀	13:00~16:45	初心者も歓迎！一緒に健康麻雀をしましょう
5	水	笑顔クラブ	絵手紙を描こう	10:00~12:00	親しい人、たまには手紙を・・・あなたの心を伝えたい
11	火	ペタンクしまだ	ペタンクを楽しみましょう	9:20~11:30	みんなでニュースポーツのペタンクをやいましょう
13	木	うづき	みんなで体を動かそう	13:00~15:00	遊具で遊ぶ、ビデオ体操、講師による体操
14	金	さわやか麻雀同好会	みんなで楽しく健康麻雀	13:00~16:45	初心者も歓迎！一緒に健康麻雀をしましょう
14	金	ひまわりの会	手芸の日、何を作るかお楽しみ	10:00~12:00	小物作りの他、編み物もできます ※手芸に必要なものは持参
18	火	カトリア会	大正琴を楽しみましょう	13:00~15:30	初めての方も一緒に大正琴を楽しみましょう。
18	火	ぎんの会	美しい「詩歌」を吟じて健康づくり	10:00~11:30	漢詩、短歌、俳句お腹に力を入れて力いっぱい歌ってみよう
19	水	さわやか麻雀同好会	みんなで楽しく健康麻雀	13:00~16:45	初心者も歓迎！一緒に健康麻雀をしましょう
24	月	楽ヨーガ	一緒にヨガをしませんか	13:30~15:00	ヨガで心も体もリフレッシュしませんか
28	金	ひまわりの会	手芸の日、何を作るかお楽しみ	10:00~12:00	小物作りの他、編み物もできます ※手芸に必要なものは持参
28	金	さわやか麻雀同好会	みんなで楽しく健康麻雀	13:00~16:45	初心者も歓迎！一緒に健康麻雀をしましょう

★日程を変更する場合があります。初めて参加される方は、事前に包括ケア推進課(34-3288)までご連絡をお願いいたします

★問い合わせる場合「はなみずきふれあいの〇〇に参加したい」とご連絡ください。

《ちょっとのぞいてみませんか》

65歳以上の方が対象です!!

場所:保健福祉センター「はなみずき」

ふれあいボランティアグループが、高齢者のふれあいのために、こんなことをしています。皆さん、お待ちしております。

お問い合わせ……

包括ケア推進課 TEL 34-3288

**7月 保健福祉センターふれあい事業**

日	曜日	団体名	行事名	時間	内容
1	月	コーラスあざみ	みんなで楽しく歌いませんか	10:00~11:30	季節の歌、懐かしい歌と一緒に歌いましょう
2	火	カトリア会	大正琴を楽しみましょう	13:00~15:30	初めての方も一緒に大正琴を楽しみましょう。
3	水	さわやか麻雀同好会	みんなで楽しく健康麻雀	13:00~16:45	初心者も歓迎!一緒に健康麻雀をしましょう
5	金	ひまわりの会	手芸の日、何を作るかお楽しみ	10:00~12:00	小物作りの他、編み物もできます ※手芸に必要なものは持参
9	火	ペタンクしまだ	ペタンクを楽しみましょう	9:20~11:30	みんなでニュースポーツのペタンクをやいましょう
10	水	笑顔クラブ	絵手紙を描こう	10:00~12:00	親しい人、たまには手紙を…あなたの心を伝えたい
11	木	うづき	みんなで体を動かそう	13:00~15:00	遊具で遊ぶ、ピテオ体操、講師による体操
12	金	さわやか麻雀同好会	みんなで楽しく健康麻雀	13:00~16:45	初心者も歓迎!一緒に健康麻雀をしましょう
12	金	ひまわりの会	手芸の日、何を作るかお楽しみ	10:00~12:00	小物作りの他、編み物もできます ※手芸に必要なものは持参
16	火	カトリア会	大正琴を楽しみましょう	13:00~15:30	初めての方も一緒に大正琴を楽しみましょう。
16	火	ぎんの会	美しい「詩歌」を吟じて健康づくり	10:00~11:30	漢詩、短歌、俳句お腹に力を入れて力いっぱい歌ってみよう
19	金	ひまわりの会	手芸の日、何を作るかお楽しみ	10:00~12:00	小物作りの他、編み物もできます ※手芸に必要なものは持参
19	金	さわやか麻雀同好会	みんなで楽しく健康麻雀	13:00~16:45	初心者も歓迎!一緒に健康麻雀をしましょう
22	月	楽ヨーガ	一緒にヨガをしませんか	13:30~15:00	ヨガで心も体もリフレッシュしませんか
26	金	ひまわりの会	手芸の日、何を作るかお楽しみ	10:00~12:00	小物作りの他、編み物もできます ※手芸に必要なものは持参
26	金	さわやか麻雀同好会	みんなで楽しく健康麻雀	13:00~16:45	初心者も歓迎!一緒に健康麻雀をしましょう

★日程を変更する場合があります。初めて参加される方は、事前に包括ケア推進課(34-3288)までご連絡をお願いいたします

★問い合わせる場合「はなみずきふれあいの〇〇に参加したい」とご連絡ください。

《ちょっとのぞいてみませんか》

65歳以上の方が対象です!!

場所:保健福祉センター「はなみずき」2階

ふれあいボランティアグループが、高齢者のふれあいのために、こんなことをしています。皆さん、お待ちしております。

お問い合わせ……

包括ケア推進課

TEL 34-3288

8月 保健福祉センターふれあい事業

日	曜日	団体名	行事名	時間	内容
2	金	ひまわりの会	手芸の日、何を作るかお楽しみ	10:00~12:00	小物作りの他、編み物もできます ※手芸に必要なものは持参
2	金	さわやか麻雀同好会	みんなで楽しく健康麻雀	13:00~16:45	初心者も歓迎!一緒に健康麻雀をしましょう
6	火	カトリア会	大正琴を楽しみましょう	13:00~15:30	一緒に大正琴を楽しみましょう。
7	水	さわやか麻雀同好会	みんなで楽しく健康麻雀	13:00~16:45	初心者も歓迎!一緒に健康麻雀をしましょう
9	金	ひまわりの会	手芸の日、何を作るかお楽しみ	10:00~12:00	小物作りの他、編み物もできます ※手芸に必要なものは持参
14	水	笑顔クラブ	絵手紙を描こう	10:00~12:00	親しい人、たまには手紙を…あなたの心を伝えたい
14	水	さわやか麻雀同好会	みんなで楽しく健康麻雀	13:00~16:45	初心者も歓迎!一緒に健康麻雀をしましょう
16	金	ひまわりの会	手芸の日、何を作るかお楽しみ	10:00~12:00	小物作りの他、編み物もできます ※手芸に必要なものは持参
20	火	ぎんの会	美しい「詩歌」を吟じて健康づくり	10:00~11:30	漢詩、短歌、俳句お腹に力を入れて力いっぱい歌ってみよう
20	火	ペタンクしまだ	ペタンクを楽しみましょう	9:20~11:30	みんなでニュースポーツのペタンクをやいましょう
20	火	カトリア会	大正琴を楽しみましょう	13:00~15:30	一緒に大正琴を楽しみましょう。
26	月	楽ヨーガ	一緒にヨガをしませんか	13:30~15:00	ヨガで心も体もリフレッシュしませんか
30	金	さわやか麻雀同好会	みんなで楽しく健康麻雀	13:00~16:45	初心者も歓迎!一緒に健康麻雀をしましょう



★日程を変更する場合があります。初めて参加される方は、事前に包括ケア推進課(34-3288)までご連絡をお願いいたします

★問い合わせる場合「はなみずきふれあいの〇〇に参加したい」とご連絡ください。

《ちょっとのぞいてみませんか》

65歳以上の方が対象です!!

場所:保健福祉センター「はなみずき」2階

ふれあいボランティアグループが、高齢者のふれあいのために、こんなことをしています。皆さん、お待ちしております。

お問い合わせ……

包括ケア推進課

TEL 34-3288

9月 保健福祉センターふれあい事業

日	曜日	団体名	行事名	時間	内容
2	月	コーラスあざみ	みんなで楽しく歌いませんか	10:00~11:30	季節の歌、懐かしい歌と一緒に歌いましょう
3	火	カトリア会	大正琴を楽しみましょう	13:00~15:30	一緒に大正琴を楽しみましょう。
4	水	さわやか麻雀同好会	みんなで楽しく健康麻雀	13:00~16:45	初心者も歓迎!一緒に健康麻雀をしましょう
6	金	ひまわりの会	手芸の日、何を作るかお楽しみ	10:00~12:00	小物作りの他、編み物もできます ※手芸に必要なものは持参
10	火	ペタンクしまだ	ペタンクを楽しみましょう	9:20~11:30	みんなでニュースポーツのペタンクをやいましょう
10	火	ぎんの会	美しい「詩歌」を吟じて健康づくり	10:00~11:30	漢詩、短歌、俳句お腹に力を入れて力いっぱい歌ってみよう
11	水	笑顔クラブ	絵手紙を描こう	10:00~12:00	親しい人、たまには手紙を…あなたの心を伝えたい
12	木	うづき	みんなで体を動かそう	13:00~15:00	遊具で遊ぶ、ビデオ体操、講師による体操
13	金	ひまわりの会	手芸の日、何を作るかお楽しみ	10:00~12:00	小物作りの他、編み物もできます ※手芸に必要なものは持参
13	金	さわやか麻雀同好会	みんなで楽しく健康麻雀	13:00~16:45	初心者も歓迎!一緒に健康麻雀をしましょう
17	火	カトリア会	大正琴を楽しみましょう	13:00~15:30	一緒に大正琴を楽しみましょう。
18	水	さわやか麻雀同好会	みんなで楽しく健康麻雀	13:00~16:45	初心者も歓迎!一緒に健康麻雀をしましょう
20	金	ひまわりの会	手芸の日、何を作るかお楽しみ	10:00~12:00	小物作りの他、編み物もできます ※手芸に必要なものは持参
20	金	さわやか麻雀同好会	みんなで楽しく健康麻雀	13:00~16:45	初心者も歓迎!一緒に健康麻雀をしましょう
30	月	楽ヨーガ	一緒にヨガをしませんか	13:30~15:00	ヨガで心も体もリフレッシュしませんか

★日程を変更する場合があります。初めて参加される方は、事前に包括ケア推進課(34-3288)までご連絡をお願いいたします

★問い合わせる場合「はなみずきふれあいの〇〇に参加したい」とご連絡ください。

《ちょっとのぞいてみませんか》

65歳以上の方が対象です!!

場所:保健福祉センター「はなみずき」内

「生きがい」や「仲間づくり」の輪を広げるために、ふれあいボランティアグループが、こんなことをしています。



お問い合わせ……

包括ケア推進課

TEL 34-3288

10月 保健福祉センターふれあい事業

日	曜日	団体名	行事名	時間	内容
1	火	カトリア会	大正琴を楽しみましょう	13:00~15:30	一緒に大正琴を楽しみましょう。
2	水	さわやか麻雀同好会	みんなで楽しく健康麻雀	13:00~16:45	初心者も歓迎!一緒に健康麻雀をしましょう
4	金	ひまわりの会	手芸の日、何を作るかお楽しみ	10:00~12:00	小物作りの他、編み物もできます ※手芸に必要なものは持参
8	火	ペタンクしまだ	ペタンクを楽しみましょう	9:20~11:30	みんなでニュースポーツのペタンクをやいましょう
8	火	ぎんの会	美しい「詩歌」を吟じて健康づくり	10:00~11:30	漢詩、短歌、俳句お腹に力を入れて力いっぱい歌ってみよう
9	水	笑顔クラブ	絵手紙を描こう	10:00~12:00	親しい人、たまには手紙を…あなたの心を伝えたい
10	木	うづき	みんなで体を動かそう	13:00~15:00	遊具で遊ぶ、ビデオ体操、講師による体操
11	金	ひまわりの会	手芸の日、何を作るかお楽しみ	10:00~12:00	小物作りの他、編み物もできます ※手芸に必要なものは持参
11	金	さわやか麻雀同好会	みんなで楽しく健康麻雀	13:00~16:45	初心者も歓迎!一緒に健康麻雀をしましょう
15	火	カトリア会	大正琴を楽しみましょう	13:00~15:30	一緒に大正琴を楽しみましょう。
16	水	さわやか麻雀同好会	みんなで楽しく健康麻雀	13:00~16:45	初心者も歓迎!一緒に健康麻雀をしましょう
18	金	ひまわりの会	手芸の日、何を作るかお楽しみ	10:00~12:00	小物作りの他、編み物もできます ※手芸に必要なものは持参
21	月	コーラスあざみ	みんなで楽しく歌いませんか	10:00~11:30	季節の歌、懐かしい歌と一緒に歌いましょう
25	金	ひまわりの会	手芸の日、何を作るかお楽しみ	10:00~12:00	小物作りの他、編み物もできます ※手芸に必要なものは持参

25	金	さわやか麻雀同好会	みんなで楽しく健康麻雀	13:00~16:45	初心者も歓迎！一緒に健康麻雀をしましょう
28	月	楽ヨガ	一緒にヨガをしませんか	13:30~15:00	ヨガで心も体もリフレッシュしませんか
30	水	カトリア会	大正琴を楽しみましょう	13:00~15:30	一緒に大正琴を楽しみましょう。

★日程を変更する場合があります。初めて参加される方は、事前に包括ケア推進課(34-3288)までご連絡をお願いいたします

★問い合わせる場合「はなみずきふれあいの〇〇に参加したい」とご連絡ください。



《ちょっとのぞいてみませんか》

65歳以上の方が対象です!!

場所: 保健福祉センター「はなみずき」内

「生きがい」や「仲間づくり」の輪を広げるために、ふれあいボランティアグループが、こんなことをしています。

11月 保健福祉センターふれあい事業

お問い合わせ……

包括ケア推進課

TEL 34-3288

日	曜日	団体名	行事名	時間	内容
1	金	ひまわりの会	手芸の日、何を作るかお楽しみ	10:00~12:00	小物作りの他、編み物もできます ※手芸に必要なものは持参
5	火	カトリア会	大正琴を楽しみましょう	13:00~15:30	初めての方も一緒に大正琴を楽しみましょう。
6	水	さわやか麻雀同好会	みんなで楽しく健康麻雀	13:00~16:45	初心者も歓迎!一緒に健康麻雀をしましょう
7	木	カトリア会	大正琴を楽しみましょう	13:00~15:30	初めての方も一緒に大正琴を楽しみましょう。
8	金	ひまわりの会	手芸の日、何を作るかお楽しみ	10:00~12:00	小物作りの他、編み物もできます ※手芸に必要なものは持参
9	土	カトリア会	大正琴を楽しみましょう	13:00~15:30	初めての方も一緒に大正琴を楽しみましょう。
12	火	ペタンクしまだ	ペタンクを楽しみましょう	9:20~11:30	みんなでニュースポーツのペタンクをやいましょう
13	水	笑顔クラブ	絵手紙を描こう	10:00~12:00	親しい人、たまには手紙を…あなたの心を伝えたい
14	木	うづき	みんなで体を動かそう	13:00~15:00	遊具で遊ぶ、ビデオ体操、講師による体操
15	金	ひまわりの会	手芸の日、何を作るかお楽しみ	10:00~12:00	小物作りの他、編み物もできます ※手芸に必要なものは持参
15	金	さわやか麻雀同好会	みんなで楽しく健康麻雀	13:00~16:45	初心者も歓迎!一緒に健康麻雀をしましょう
18	月	コーラスあざみ	みんなで楽しく歌いませんか	10:00~11:30	季節の歌、懐かしい歌を一緒に歌いましょう
19	火	ぎんの会	美しい「詩歌」を吟じて健康づくり	10:00~11:30	漢詩、短歌、俳句お腹に力を入れて力いっぱい歌ってみよう
20	水	さわやか麻雀同好会	みんなで楽しく健康麻雀	13:00~16:45	初心者も歓迎!一緒に健康麻雀をしましょう
25	月	楽ヨーガ	一緒にヨガをしませんか	13:30~15:00	ヨガで心も体もリフレッシュしませんか
29	金	さわやか麻雀同好会	みんなで楽しく健康麻雀	13:00~16:45	初心者も歓迎!一緒に健康麻雀をしましょう
29	金	ひまわりの会	手芸の日、何を作るかお楽しみ	10:00~12:00	小物作りの他、編み物もできます ※手芸に必要なものは持参

★日程を変更する場合があります。初めて参加される方は、事前に包括ケア推進課(34-3288)までご連絡をお願いいたします

★問い合わせの場合「はなみずきふれあいの〇〇に参加したい」とご連絡ください。



《ちょっとのぞいてみませんか》

65歳以上の方が対象です!! 場所：保健センター「はなみずき」

「生きがい」や「仲間づくり」の輪を広げるために、ふれあいボランティアグループが、こんなことをしています。

お問い合わせ・・・
包括ケア推進課 TEL 34-3288

12月 保健福祉センターふれあい事業

日	曜日	団体名	行事名	時間	内容
2	月	コーラスあざみ	みんなで楽しく歌いませんか	10:00~11:30	季節の歌、懐かしい歌と一緒に歌いましょう
3	火	カトリア会	大正琴を楽しみましょう	13:00~15:30	初めての方も一緒に大正琴を楽しみましょう。
4	水	さわやか麻雀同好会	みんなで楽しく健康麻雀	13:00~16:45	初心者も歓迎！一緒に健康麻雀をしましょう
6	金	ひまわりの会	手芸の日、何を作るかお楽しみ	10:00~12:00	小物作りの他、編み物もできます ※手芸に必要なものは持参
10	火	ベタンクしまだ	ベタンクを楽しみましょう	9:20~11:30	みんなでニュースポーツのベタンクをやいましょう
10	火	ぎんの会	美しい「詩歌」を吟じて健康づくり	10:00~11:30	漢詩、短歌、俳句お腹に力を入れてかいっぱい歌ってみよう
10	火	カトリア会	大正琴を楽しみましょう	13:00~15:30	初めての方も一緒に大正琴を楽しみましょう。
11	水	笑顔クラブ	絵手紙を描こう	10:00~12:00	親しい人、たまには手紙を・・・あなたの心を伝えたい
12	木	うづき	みんなで体を動かそう	13:00~15:00	遊具で遊ぶ、ビデオ体操、講師による体操
13	金	さわやか麻雀同好会	みんなで楽しく健康麻雀	13:00~16:45	初心者も歓迎！一緒に健康麻雀をしましょう
13	金	ひまわりの会	手芸の日、何を作るかお楽しみ	10:00~12:00	小物作りの他、編み物もできます ※手芸に必要なものは持参
18	水	さわやか麻雀同好会	みんなで楽しく健康麻雀	13:00~16:45	初心者も歓迎！一緒に健康麻雀をしましょう
20	金	ひまわりの会	手芸の日、何を作るかお楽しみ	10:00~12:00	小物作りの他、編み物もできます ※手芸に必要なものは持参
20	金	さわやか麻雀同好会	みんなで楽しく健康麻雀	13:00~16:45	初心者も歓迎！一緒に健康麻雀をしましょう
23	月	楽ヨーガ	一緒にヨガをしませんか	13:30~15:00	ヨガで心も体もリフレッシュしませんか

★日程を変更する場合があります。初めて参加される方は、事前に包括ケア推進課(34-3288)までご連絡をお願いいたします

★問い合わせる場合「はなみずきふれあいの〇〇に参加したい」とご連絡ください。



令和6年度

65歳以上の方が対象です 場所：保健福祉センター「はなみずき」

ボランティアスタッフが中心となって、楽しい活動をしています。皆さんの参加をお待ちしてま〜す。

1月 保健福祉センターふれあい事業

お問い合わせ……

包括ケア推進課

TEL 34-3288

日	曜日	団体名	行事名	時間	内容
7	火	カトリア会	大正琴を楽しみましょう	13:00~15:30	初めての方も一緒に大正琴を楽しみましょう。
8	水	笑顔クラブ	絵手紙を描こう	10:00~12:00	親しい人、たまには手紙を…あなたの心を伝えたい
9	木	うづき	みんなで体を動かそう	13:00~15:00	遊具で遊ぶ、ビデオ体操、講師による体操
10	金	さわやか麻雀同好会	みんなで楽しく健康麻雀	13:00~16:45	初心者も歓迎！一緒に健康麻雀をしましょう
10	金	ひまわりの会	手芸の日、何を作るかお楽しみ	10:00~12:00	小物作りの他、編み物もできます ※手芸に必要なものは持参
14	火	ペタンクしまだ	ペタンクを楽しみましょう	9:20~11:30	みんなでニュースポーツのペタンクをやいましょう
14	火	ぎんの会	美しい「詩歌」を吟じて健康づくり	10:00~11:30	漢詩、短歌、俳句お腹に力を入れてかいっばい歌ってみよう
15	水	さわやか麻雀同好会	みんなで楽しく健康麻雀	13:00~16:45	初心者も歓迎！一緒に健康麻雀をしましょう
17	金	ひまわりの会	手芸の日、何を作るかお楽しみ	10:00~12:00	小物作りの他、編み物もできます ※手芸に必要なものは持参
21	火	カトリア会	大正琴を楽しみましょう	13:00~15:30	初めての方も一緒に大正琴を楽しみましょう。
24	金	さわやか麻雀同好会	みんなで楽しく健康麻雀	13:00~16:45	初心者も歓迎！一緒に健康麻雀をしましょう
24	金	ひまわりの会	手芸の日、何を作るかお楽しみ	10:00~12:00	小物作りの他、編み物もできます ※手芸に必要なものは持参
27	月	楽ヨーガ	一緒にヨガをしませんか	13:30~15:00	ヨガで心も体もリフレッシュしませんか
29	水	さわやか麻雀同好会	みんなで楽しく健康麻雀	13:00~16:45	初心者も歓迎！一緒に健康麻雀をしましょう

★日程を変更する場合があります。初めて参加される方は、事前に包括ケア推進課(34-3288)までご連絡をお願いいたします

★問い合わせの場合「はなみずきふれあいの〇〇に参加したい」とご連絡ください。



令和6年度
65歳以上の方が対象です!! 場所：保健福祉センター「はなみずき」

ボランティアスタッフが中心となって、楽しい活動をしています。皆さんの参加をお待ちしてま〜す。

お問い合わせ・・・
 包括ケア推進課 TEL 34-3288

2月 保健福祉センターふれあい事業

日	曜日	団体名	行事名	時間	内容
4	火	ペタンクしまだ	ペタンクを楽しみましょう	9:20~11:30	みんなでニュースポーツのペタンクをやいましょう
4	火	カトリア会	大正琴を楽しみましょう	13:00~15:30	初めての方も一緒に大正琴を楽しみましょう。
5	水	さわやか麻雀同好会	みんなで楽しく健康麻雀	13:00~16:45	初心者も歓迎！一緒に健康麻雀をしましょう
10	月	コーラスあざみ	みんなで楽しく歌いませんか	10:00~11:30	季節の歌、懐かしい歌を一緒に歌いましょう
12	水	笑顔クラブ	絵手紙を描こう	10:00~12:00	親しい人、たまには手紙を・・・あなたの心を伝えたい
12	水	さわやか麻雀同好会	みんなで楽しく健康麻雀	13:00~16:45	初心者も歓迎！一緒に健康麻雀をしましょう
13	木	うづき	みんなで体を動かそう	13:00~15:00	遊具で遊ぶ、ビデオ体操、講師による体操
14	金	ひまわりの会	手芸の日、何を作るかお楽しみ	10:00~12:00	小物作りの他、編み物もできます ※手芸に必要なものは持参
18	火	カトリア会	大正琴を楽しみましょう	13:00~15:30	初めての方も一緒に大正琴を楽しみましょう。
18	火	ぎんの会	美しい「詩歌」を吟じて健康づくり	10:00~11:30	漢詩、短歌、俳句お腹に力を入れて力いっぱい歌ってみよう
19	水	さわやか麻雀同好会	みんなで楽しく健康麻雀	13:00~16:45	初心者も歓迎！一緒に健康麻雀をしましょう
26	水	さわやか麻雀同好会	みんなで楽しく健康麻雀	13:00~16:45	初心者も歓迎！一緒に健康麻雀をしましょう

★日程を変更する場合があります。初めて参加される方は、事前に包括ケア推進課(34-3288)までご連絡をお願いいたします



《ちょっとのぞいてみませんか》

場所：保健福祉センター「はなみずき」

65歳以上の方が対象です

ボランティアスタッフが中心となって、楽しい活動をしています。皆さんの参加をお待ちしてま〜す。

お問い合わせ……

3月 保健福祉センターふれあい事業

日	曜日	団体名	行事名	時間	内容
3	月	コーラスあざみ	みんなで楽しく歌いませんか	10:00~11:30	季節の歌、懐かしい歌と一緒に歌いましょう
4	火	カトリア会	大正琴を楽しみましょう	13:00~15:30	初めての方も一緒に大正琴を楽しみましょう。
4	火	ぎんの会	美しい「詩歌」を吟じて健康づくり	10:00~11:30	漢詩、短歌、俳句お腹に力を入れてかいつばい歌ってみよう
5	水	さわやか麻雀同好会	みんなで楽しく健康麻雀	13:00~16:45	初心者も歓迎！一緒に健康麻雀をしましょう
7	金	ひまわりの会	手芸の日、何を作るかお楽しみ	10:00~12:00	小物作りの他、編み物もできます ※手芸に必要なものは持参
11	火	ペタンクしまだ	ペタンクを楽しみましょう	9:20~11:30	みんなでニュースポーツのペタンクをやいましょう
11	火	カトリア会	大正琴を楽しみましょう	13:00~15:30	初めての方も一緒に大正琴を楽しみましょう。
12	水	さわやか麻雀同好会	みんなで楽しく健康麻雀	13:00~16:45	初心者も歓迎！一緒に健康麻雀をしましょう
12	水	笑顔クラブ	絵手紙を描こう	10:00~12:00	親しい人、たまには手紙を・・・あなたの心を伝えたい
13	木	うづき	みんなで体を動かそう	13:00~15:00	遊具で遊ぶ、ビデオ体操、講師による体操
14	金	ひまわりの会	手芸の日、何を作るかお楽しみ	10:00~12:00	小物作りの他、編み物もできます ※手芸に必要なものは持参
21	金	さわやか麻雀同好会	みんなで楽しく健康麻雀	13:00~16:45	初心者も歓迎！一緒に健康麻雀をしましょう
21	金	ひまわりの会	手芸の日、何を作るかお楽しみ	10:00~12:00	小物作りの他、編み物もできます ※手芸に必要なものは持参
24	月	楽ヨーガ	一緒にヨガをしませんか	13:30~15:00	ヨガで心も体もリフレッシュしませんか
26	水	さわやか麻雀同好会	みんなで楽しく健康麻雀	13:00~16:45	初心者も歓迎！一緒に健康麻雀をしましょう
28	金	ひまわりの会	手芸の日、何を作るかお楽しみ	10:00~12:00	小物作りの他、編み物もできます ※手芸に必要なものは持参

★日程を変更する場合があります。初めて参加される方は、事前に包括ケア推進課(34-3288)までご連絡をお願いいたします