

# お知らせ伝言板

## 行事予定

### 5月

- 2日(木) 傾聴ボランティア (あいの風)
- 10日(金) オレンジカフェふなはし (図書館)
- 13日(月) 舟橋村社協監事監査 (役場)
- 17日(金) 東部自立支援センター巡回相談日(役場)
- 17日(金) 傾聴ボランティア (ふなはし荘)
- 21日(火) たべんまいけ (舟橋会館)
- 22日(水) いなり喫茶ロン (稲荷地区コミュニティーセンター)
- 23日(木) 貯筋体操教室 (役場)
- 28日(火) ペットキャップボランティア (役場)
- 30日(木) 舟橋村社協理事会 (役場)

### 6月

- 3日(月) わくわく広場 (役場)
- 4日(火) 竹内いきいきクラブ(竹内公民館)
- 5日(水) 敬老会実行委員会 (役場)
- 6日(木) 傾聴ボランティア (あいの風)
- 9日(日) 舟橋村敬老会 (舟橋会館)
- 12日(水) 古海老江夢サロン (古海老江公民館)
- 12日(水) 仏生寺にこにこサロン (仏生寺公民館)
- 14日(金) 国重ふれあいいいきいきサロン (国重公民館)
- 14日(金) 東部自立支援センター巡回相談日 (役場)
- 17日(月) 舟橋村社協定時評議員会 (役場)
- 18日(火) 舟橋村社協理事会 (役場)
- 18日(火) 民生委員児童委員協議会定例会 (役場)
- 18日(火) たべんまいけ (舟橋会館)
- 19日(水) 海老江・竹鼻いきいきサロン (海老江会館)
- 19日(水) 舟橋なかよしクラブ (舟橋公民館)
- 20日(木) 東芦原さわやかサロン (東芦原公民館)
- 21日(金) 傾聴ボランティア (あいの風)
- 25日(火) ペットキャップボランティア (役場)
- 26日(水) いなり喫茶ロン (稲荷コミュニティーセンター)
- 27日(木) 貯筋体操教室 (役場)

## わくわく広場の開催

高齢者の介護予防を目的として健康保持及び認知症予防並びに孤独感の解消を図るため、ボランティアの協力を得ながら地域の支え合い体制を作ります。

**参加対象** 概ね 65 歳以上の方  
**日 程** 6月からの第一月曜日(11月のみ第2月曜日)

月 日	曜日	月 日	曜日
6月3日	月	11月11日	月
7月1日	月	12月2日	月
8月5日	月	1月6日	月
9月2日	月	2月3日	月
10月7日	月	3月2日	月

**時 間** 午後 1 時 30 分～ 3 時  
**場 所** 舟橋村役場 視聴覚室  
**内 容** 軽い運動・小物づくり・脳トレなど  
**参加申込** 参加希望の方は、5月24日(金)まで

※ボランティア募集します！  
わくわく広場企画運営のお手伝いをしてくださる方はご連絡下さい。

TEL 464-1847 担当 野村

## 「貯筋体操教室」の開催

高齢者の足腰の筋力アップのための運動教室を開催します。

老化によって低下した筋力もコツコツ運動する事で改善できます。身体を動かしやすいこの時期にスタートしましょう。

参加対象は、65歳以上の方

- ・足腰が弱ってきたと感じておられる方
- ・転びやすい、転んだことのある方
- ・足腰を鍛えたいと考えておられる方 等

**日 程** 5月からの木曜日及び金曜日

月 日	曜日	月 日	曜日
5月23日	木	10月24日	木
6月27日	木	11月29日	金
7月25日	木	12月27日	金
8月22日	木	1月24日	金
9月26日	木	2月28日	金

※3月26日(木)フォローアップ教室足腰しっかり教室と同時開催

**時 間** 午後 2 時～ 3 時 30 分  
**場 所** 舟橋村役場 3階ホール  
**講 師** アピアスポーツクラブ健康運動指導士等  
**参加申込** 不要 (当日参加可)

※送迎を希望の方はご連絡ください。  
TEL 464-1847 担当 川口