



広瀬地域づくり協議会だより

広瀬地区の人口・世帯数(令和5年3月1日)

男性 631 女性 636 計 1,267 世帯数 453
前年比 (-2) (+8) (+6) (-6)



ホームページ <https://hirose-kc.7104.info>
☎ 52-4696 ✉ hirose.kmn@gmail.com

資源回収 4月1日(土)

ご協力を宜しくお願い致します!!

場
所

広瀬交流センター

回
収

新聞・雑誌・段ボール(紙紐で縛って下さい)
アルミ缶(中を洗って下さい)



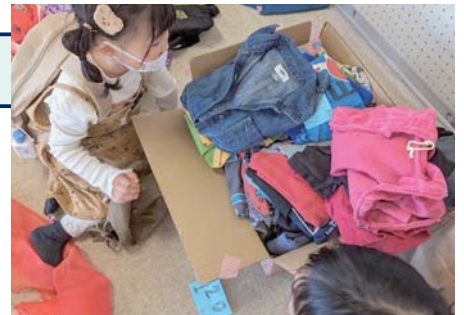
婚活倶楽部なんと【南砺市】



南砺市ではホームページに左のリンクを付けて婚活倶楽部なんとを運営しています。興味のある方はぜひクリックしてみてください。

どんぐりなかまのりゅーす market

先輩キッズからのバトンタッチ! キッズ服のリユース企画でした。「もったいない」が、交流の場づくりになりました♪ 5月は、チョークアートを予定しています。



3月 防災三二講座



避難所に行くのは最後の選択にしたい!

避難所での生活を想像してください。

①プライバシー ②食事 ③睡眠 ④安全 ⑤洗濯 ⑥トイレ・着替え ⑦介護 ⑧ペット

☆避難所は禁酒です。

☆過去の災害ではボランティアの中に悪事をはたらく人もいました

以上の理由から避難所には食事・水・救援物資のみを受け取りに来る方もいることを考慮することが必要です。

(インフラが復旧しない自宅、車、テントで過ごす方)



令和5年度 ひろせ元気サロン スケジュール

開催日	日替わりプログラム(14:20~)/担当者	持ち物
4/6	体力測定(★13:30~)/法邑 智成	飲み物、タオル
4/20	出前講座ニュースポーツ /生涯学習スポーツ課	飲み物、タオル
5/11	紙芝居(お話な~に)/中山 洋美	飲み物、タオル
5/18	歌を楽しむ/N&K	飲み物、タオル
6/1	健康に過ごそう/厚生連 大浦 栄次	飲み物、タオル
6/15	花を楽しもう 草月流/森田 流明	花器、はさみ、庭の花
7/6	絵手紙/湯浅美千代	あれば野菜、果物
7/20	脳トレパズル/畑中 信子	飲み物、タオル
8/3	口腔ケア/山本 裕子	飲み物、タオル
8/17	フレイルチェック(13:30~)/包括支援センター	飲み物、タオル
9/7	オカリナ演奏/土笛の会	飲み物、タオル
9/21	臨床美術/進藤 清美	飲み物、タオル
10/5	簡単手芸/笠田 恵子	針、糸、はさみ
10/19	箱リメイク/湯浅 幸雄	包装紙、カラー新聞紙、 はさみ、のり
11/2	笑いヨガ/坂田 福美	飲み物、タオル
11/16	昔を語ろう関東大震災から100年 /中山 和子	飲み物、タオル
12/7	干支作り/湯浅 美千代	飲み物、タオル
12/28	干支作り/湯浅 美千代	飲み物、タオル
1/11	ビンゴ大会/ひだまり 広瀬支部	飲み物、タオル
1/18	簡単手芸/笠田 恵子	針、糸、はさみ
2/1	脳トレドリル/どんぐりころころ	飲み物、タオル
2/15	フレイルチェック(13:30~)/包括支援センター	飲み物、タオル
3/7	ひな祭り茶会/広瀬茶道サークル	飲み物、タオル
3/21	踊り/となみ野乃会	飲み物、タオル

血圧測定・握力測定

健康体操
/法邑先生

血圧測定・握力測定

健康体操
/法邑先生

いつでも参加大歓迎

＼サロンの一日/ 活動の流れ

13:00 ~ 13:30
血圧測定・握力測定



13:30 ~ 14:20
健康体操
/法邑先生



14:20 ~ 14:30
休憩

14:30 ~ 15:20
日替わりプログラム

イベント、健康教室、ゲーム
手作り、お楽しみ会、講座
など
左記プログラムをご確認
下さい



送迎希望の方は…

☎52-4696

広瀬交流センターに連絡してね!

令和5年度 むつみ会部門 スケジュール

申し込み ☎52-4696

開催日	内 容	持ち物	申し込み
4/5、5/10、7/5、2/6 R6 1/10、2/7、3/6 水曜日 13時半～14時半	初級ヨガ教室 〈担当〉フィットネスインストラクター 且見 千尋さん	水分、タオル等 ヨガマット	随時
6/7、9/6 水曜日 19時～20時	初級ヨガ教室(夜) 〈担当〉フィットネスインストラクター 且見 千尋さん		
5/25 木曜日 14時半～16時	水引(梅結び) 〈担当〉南砺市社協 福富 真美さん	はさみ、ボンド	1週間前 まで
6/28、11/8 水曜日 13時半～15時半	仏具磨き 〈担当〉宮丸仏壇 宮丸 勝代さん	エプロン、新聞 仏具、古いタオル	1週間前 まで
8/22、9/12、10/17 火曜日 13時半～15時半	ユネスコ記憶遺産 2013年認定 藤原道長が残した「御堂関白記」 “一番偉い平安貴族の日記をのぞいてみよう” 〈担当〉高岡市万葉歴史館 関 隆司 図書情報課長	校区外の方参加費 300円/1回	
10/27 金曜日 13時半～15時半	折り紙 〈担当〉折り紙協会 法邑 千映子さん		
4/27、5/25、6/22 7/27、8/24、9/28 10/26、11/30、12/21 R6 1/25、2/22、3/28 木曜日 13時半～ 14時半	貯筋体操・スクエアステップ 11月は体力測定会の時間追加 〈担当〉福光スポーツクラブ 小谷真澄さん	水分、タオル等 補給用飲料	

定期的
に開催
して
います!

開催日	内 容	持ち物
4/13～ 第2、4、5木曜日 13時～16時	クラフト手芸 ※地区担当者	
4/4～ 毎週火曜日 14時～16時	卓球 ※地区担当者	ラケット、シューズ
4/6～ 毎週木曜日 9時半～11時	ペタンク(雨天中止) ※地区担当者	
6/2～R6 3/29 毎週金曜日 13時～17時	健康麻将 ※地区担当者	

閉講式【福寿大学】

3月17日(金)真敬寺に約30名が集う中、今年度亡くなられた方の内4名のご家族をお招きして、法要を行いました。

その後大島一声さんの法話を拝聴しました。今年で3年目となり齢90になられますが、まだまだお元気で力強く語って頂き、ありがたく聞かせていただきました。

ひろせ元気サロン【地域福祉部会】

3月2日、前半は恒例の体操を法邑智成さんより教えて頂き、後半は且見律子さんと広瀬茶道サークルの方々にひな祭り茶会を担当して頂きました。今回薄茶と濃茶の希望される毎に対応下さりお道具の違いも勉強になりました。待機の方は脳トレに取り組みました。

16日は音紡の会の山田晃山さん他2名の方の尺八、箏、十七絃を中心に古典・現代曲・クラシック等幅広い8曲を演奏下さる。美しい音色に心を癒され最後の「川の流れのように」では参加者も口ずさみ楽しいひと時を過ごしました



4月

行事予定

- 1日(土) 終日 資源回収(別紙参照)
- 5日(水) 13:30～ ヨガ(且見千尋さん)
- 6日(木) 13:30～ 元気サロン：
法邑智成先生
- 12日(水) 14:00～ 福寿大学開講式：
- 13日(木) 9:00～ 中央図書館図書交換日
- 15日(土) 18:00～ 協議会総会
- 20日(木) 13:30～ 元気サロン：ニュースポーツ体験
- 27日(木) 13:30～ 貯筋体操：福光S：(小谷真澄先生)

