

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7年3月3日)

男性 592 女性 617 計 1,209 世帯数 453

前年比(-16) (-19) (-25) (4)

前月比(-04) (-11) (-5) (0)

ホームページ<https://hirose-kc.7104.info>

☎・Fax 52-4696 ✉:hirose.kmn@gmail.com

資源回収4月5日(土)

今後の予定 6月14日(土)、9月6日(土)

時間：7：00～20：00 新聞、雑誌、段ボール（紙紐で縛ってください）

場所：広瀬交流センター アルミ缶（中を洗ってお持ちください）

令和7年度ひろせ元気サロンスタート

4月3日（木）から令和7年度のひろせ元気サロンがスタートします。令和7年度もヘルスポランティアの方に受付時に血圧測定をお願いしてありますので、お早めにお越しください。これまで通り13：30から法邑智成さんに健康体操の指導をお願いしています。

第二部については令和7年度も色々なプログラムを準備しています。令和7年度最初の第二部は「音紡の会」の琴と尺八の演奏をお楽しみいただきます。「春」をテーマに、千鳥の曲・さくらゆらり・天馬・春よ来い・朧月夜～祈り・ハナミズキ・sakuraパラフレーズ「桜坂・桜・さくら（独唱）・夜桜お七等のメドレー」と、盛りだくさんの曲を準備されています。

福祉部会



善行表彰

南砺市

2月22日（土）に南砺市福光地域の善行表彰がありました。広瀬地区からは福光中部小学校6年の笠田悠介さん（山本）が運動委員会の委員長としての活動を、同じく6年の森田菜遥さん（山本）が放送委員会副委員長としての活動を認められて受賞されました。おめでとうございます。

全国大会出場おめでとう

3月23日（日）に茨城県で開催されます、2024年度 第44回全国高等学校ライフル射撃競技選抜大会のエアライフル部門に山田愛弓さん（小山）が出場されます。9月に大分で行われた第78回国民スポーツ大会の少年女子チームライフル部門に続いての出場です。会長から激励金が渡されました。健闘を祈ります。



ごみ出しでお困りの方は、各地区の自治会長または福祉推進委員にご相談ください。

	月日	13:30～	14:20～	担当者	持ち物
1	4/3	健康体操 (法邑)	琴・尺八演奏	音紡の会	飲み物、タオル
2	4/17		絵手紙	得能真理子	飲み物、タオル 有れば、クレヨン、ボールペン黒赤
3	5/1		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
4	5/15		団子作り	本田美和子	飲み物、エプロン、三角巾、タオル
5	6/5		特殊詐欺(つくしの会)	生活安全課	飲み物、タオル
6	6/19		花を楽しもう	草月流 森田 流明	花器、はさみ、庭の花
7	7/3		救急講習	南砺消防署	飲み物、タオル
8	7/17		棟方志功と福光	福光美術館 渡邊一美	飲み物、タオル
9	8/7		フレイルチェック	包括支援 センター	飲み物、タオル
10	8/21	健康体操 (法邑)	謡曲体験	広謡会	飲み物、タオル
11	9/4		押し花で葉	青木清子	飲み物、はさみ、タオル 有ればピンセット
12	9/18		キーホルダー	高田久美子	飲み物、タオル、はさみ ボールペン
13	10/2		簡単手芸	笠田恵子	針、糸、はさみ、鉛筆 ハンカチ
14	10/16		ハンガーで魔除けを 作ろう	湯浅幸雄	飲み物、新聞紙、はさみ、のり
15	11/6		脳トレ	畑中信子	飲み物、タオル
16	11/20		減塩料理実習	食改	飲み物、エプロン、三角巾、タオル
17	12/4		干支作り	湯浅美千代	飲み物、タオル
18	12/18		干支作り	湯浅美千代	飲み物、タオル
19	1/8		ビンゴ大会	ひだまり 広瀬支部	飲み物、タオル
20	1/15		笑いヨガ	わかば 出前講座	飲み物、タオル
21	2/5		脳トレドリル	どんぐり ころころ	飲み物、タオル
22	2/19		認知予防	包括支援 センター	飲み物、タオル
23	3/5		ひな祭り茶会	広瀬茶道 サークル	飲み物、タオル
24	3/19	お楽しみ会	サロンスタッフ	飲み物、タオル	

いつでも参加大歓迎

＼サロンの一日/
活動の流れ

① 13:15 ~ 13:30
血圧測定・握力測定



② 13:30 ~ 14:20
健康体操
／法邑 智成先生



③ 14:20 ~ 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



☎52-4696

広瀬交流センター

令和7年度・サロンむつみ会予定表 (4月～令和8年3月)

詳細は毎号の地域便りで確認下さい。

ヨガ	フィットネスインストラクター
第1水13:30～	且見千尋さん
貯筋体操	福光スポーツクラブ
第4木13:30～	小谷真澄さん
卓球	
毎火曜14:00～	(冬金追加)

パタンク(晴天時)	
毎木曜9:30～	
クラフト手芸	
第2・4・5木曜13:30～	
健康麻将☆健康麻将大会	10/25・1/31
毎金曜13:00～	17:00

5/8	アクセサリ作り	持ち物
9:00～11:30		針、はさみ、
笠田恵子さん		鉛筆、糸、
		手持ちの布も可
準備のため4/17迄申し込み必切		



5/29・7/6・10/31・11/26・2/25の申し込みは2週間前までお願いします。

☎ 52-4696

4月

日	月	火	水	木	金	土
		卓	ヨガ	3	麻	5
6	7	卓	9	手芸	麻	12
13	14	卓	16	17	麻	19
20	21	卓	23	貯筋	麻	26
27	28	29	30			

5月 5/29 13:30 水引:福富真美さん

日	月	火	水	木	金	土
				1	麻	3
4	5	6	ヨガ	アクセサリ	麻	10
11	12	卓	14	15	麻	17
18	19	レントゲン	21	貯筋	麻	24
25	26	卓	28	水引	麻	31

6月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	卓	ヨガ	5	麻	7
8	9	卓	11	手芸	麻	14
15	16	卓	18	19	麻	21
22	23	卓	25	貯筋	麻	28
29	30					

7月 7/6 13:30筆遊び:船橋るり子さん

日	月	火	水	木	金	土
		卓	ヨガ	3	麻	5
筆	7	卓	9	手芸	麻	12
13	14	卓	16	17	麻	19
20	21	卓	23	貯筋	麻	26
27	28	卓	30	31		

8月

日	月	火	水	木	金	土
					麻	2
3	4	卓	ヨガ	7	麻	9
10	11	卓	13	14	15	16
17	18	卓	20	21	麻	23
24	25	卓	27	貯筋	麻	30
31						

9月

日	月	火	水	木	金	土
	1	卓	ヨガ	4	麻	6
7	8	卓	10	手芸	麻	13
14	15	卓	17	18	麻	20
21	22	23	24	貯筋	麻	27
28	29	卓				

10月 10/31 13:30折紙:法邑千映子さん

日	月	火	水	木	金	土
			ヨガ	2	麻	4
5	6	卓	8	手芸	麻	11
12	13	卓	15	16	麻	18
19	20	卓	22	貯筋	麻	大会
26	27	卓	29	30	麻折紙	

11月 11/26・13:30 仏具磨き:宮丸勝代さん

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	卓	ヨガ	6	麻	8
9	10	卓	12	手芸	麻	15
16	17	卓	19	20	麻	22
23	24	卓	仏具	貯筋	麻	29
30						

12月

日	月	火	水	木	金	土
	1	卓	ヨガ	4	麻卓	6
7	8	卓	10	手芸	麻卓	13
14	15	卓	17	18	麻卓	20
21	22	卓	24	貯筋	麻卓	27
28	29	30	31			

1月 1/28 13:30篆刻教室:楨冬董さん

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	卓	ヨガ	8	麻卓	10
11	12	卓	14	15	麻卓	17
18	19	卓	21	貯筋	麻卓	24
25	26	卓	篆刻	29	麻卓	大会

2月 2/25 13:30歴史講座:関隆司先生

日	月	火	水	木	金	土
1	2	卓	ヨガ	5	麻卓	7
8	9	卓	11	手芸	麻卓	14
15	16	卓	18	19	麻卓	21
22	23	卓	歴	貯筋	麻卓	28

3月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	卓	ヨガ	5	麻卓	7
8	9	卓	11	手芸	麻卓	14
15	16	卓	18	19	20	21
22	23	卓	25	貯筋	麻卓	28
29	30	卓				

篆刻の予約は12/26迄、10名迄

ひろせ元気サロン

福祉部会

3月6日(木)は、法邑智成さんに下半身機能の強化を教えてくださいました。第二部は広瀬茶道サークルによるひな祭り茶会がほのぼのとした雰囲気の中で行われました。作法に気を付けながら美味しくいただきました。お茶席を待っている間にカルタ取りとトランプを楽しみました。開発サロンで作成されたカルタは綺麗な絵や文字で作られていて、その出来栄に皆さんの会話も多いに弾みました。

3月13日(木)は、法邑智成さんにJ S P O (日本スポーツ協会)の情報を取り入れた体幹の強化を教えてくださいました。第二部は「となみ野々会」の皆さんに踊りを披露していただきました。法被姿での踊りを見せていただき和やかな雰囲気になりました。盆踊りでよく踊られる「炭坑節」や「水戸黄門踊り」「令和踊り」を教えてください、北野式年太鼓を威勢よく打ち鳴らして盛り上げていただきました。大きな輪になって3曲踊り、とても良かったです。



貯筋体操

福祉部会

2月27日(木)に、貯筋体操を福光体育館の小谷真澄さんをお願いして行いました。脳トレと健康づくりに心がけています。



4月行事予定

- 2日(水) 13:30~ ヨガ教室(且見千尋さん)
- 3日(木) 13:30~ ひろせ元気サロン:音紡ぎの会
- 5日(土) 7:00~ 資源回収(新聞・雑誌・冊子・段ボール・アルミ缶)
- 12日(土) 18:00~ 広瀬地域づくり協議会 総会
- 16日(水) 14:00~ 福寿大学:鉢植えの仕方・石村修子さん(千華園)
- 17日(木) 13:30~ ひろせ元気サロン:絵手紙・得能真理子さん(持ち物・裏面)
- 19日(土) 19:00~ 地域づくり部会
- 23日(水) 19:00~ 生涯学習部会
- 24日(木) 13:30~ 貯筋体操:福光スポーツクラブ(小谷真澄さん)
- 25日(金) 19:00~ 福祉部会
- 26日(土) 19:00~ 自主防災会

グランドゴルフもあります

