

みんなの集いの場

申込不要
参加無料

ひみのわ

場所 ハッピータウン氷見ショッピングセンター内
長沢薬局前（氷見市幸町 9-78）

日時 ^{ひみ}毎月13日開催 午前 10:15～11:45
（出入り自由）

2025年

4/14
（月曜日）

5/13
（火曜日）

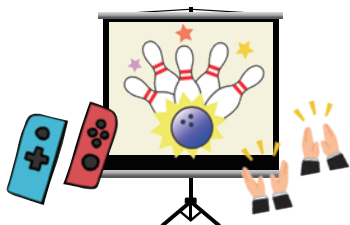
6/13
（金曜日）

7/14
（月曜日）

8/19
（火曜日）

9/12
（金曜日）

1 eスポーツ



大画面のボーリングゲームで
リフレッシュ!!

2 きときと100歳体操



氷見市きときと健康ポイント対象!!

3 お楽しみ企画内容決定!!

4月

ボッチャを楽しもう
東ボッチャクラブ

7月

キトキト氷見音頭
うしお新舞踊研究会

5月

「快腸スツキリ!」したい人、集GO!
氷見地域相談窓口

8月

気軽に脳トレ体験
氷見きときと脳トレクラブ

6月

マジックショー
氷見マジッククラブ「ほほえみ」

9月

ハーモニカコンサート
ハーモニカアンサンブル「アスナロ」



「ひみのわ」とは

「地区のサロンや体操へ行ったことがない」「地区で行われていない」「もっといろんな人と交流したい」などの想いにおこたえた、地域や世代を問わず誰でも参加できる集いの場です。ひみのわの名前は「健康・交流・笑顔の輪（わ）を広げたい」という想いを込めています。

裏面に詳しく掲載しています▶▶▶

問合せ先

氷見市ボランティア総合センター
氷見市地域包括支援センター

74-1800
74-8067

「ひみのわ」はこんなところ



eスポーツに挑戦



100歳体操で心も体も健康に



お楽しみ企画（笑いヨガ・健康相談・マジックショーなど）

参加者の声



ドンドコドン♪

その調子！

畑よりも楽しい！
eスポーツにハマリそう！

ひみのわに来るのが
生活の活力になっていて
毎月楽しみなのよ。

久しぶりにこんなに笑ったわ。
家にいるだけだと笑わないし
来て良かった！

ひみのわに来て友達ができた！
隣の席になり話をしていたら気が合ったの。

企画・運営メンバーを募集！



対象者 氷見市内在住の方

内容 ひみのわ企画検討、設営、運営など

活動頻度 企画打ち合わせ（年数回）、ひみのわ実施日

問合せ 氷見市ボランティア総合センター 74-1800

氷見市地域包括支援センター 74-8067