

福祉ひろばだより



平成30年8月1日
大手3丁目8番1号
大手公民館 TEL39-5711
ひろば TEL39-5168

こんにちは。暑い日が続きますね！外出するときは帽子や日傘、水分補給は忘れずに！
おうちの中でも熱中症にはなります。涼しいひろばにきて、いろいろな催しに参加しましょう。



<折り紙講座>

8月3日(金) 午前10時から
来月は9月7日(第1金)を予定しています



<健康ひろば>

8月3日(金) 午後1時30分から
来月は9月7日(第1金)を予定しています

《ふれあい健康教室》

『今月はお休みです』

次回は9月20日(第3木)午後1時30分から
☆看護学生さんとの交流！☆

《男性ふれあい健康教室》

日時：8月17日(金) 午後4時40分～
藤田慎太郎先生の
「健康ひろば」
講義と簡単な運動



三世代ウォーキング



《苔の森 白駒の池》

9月9日(日曜日)



定員：20名

時間：8時30分集合

場所：大手門駐車場

服装・持ち物：ウォーキングシューズ
雨具・お弁当・飲み物

諸注意：ベビーカー不可

申し込みは、ひろば(39-5168)まで

<子育て支援事業>

「たなばた祭り」

8月1日(第1水) 午前10時から

持ち物：三角巾・エプロン(AM9時～ ほうとう作りをお手伝い出来る方
みんなきてね！

★8/8(水)会議のため「子育てひろば」利用できません。

大手公民館・中央地区福祉ひろば・中央地区健康づくり推進員会共催

<七夕祭り>

☆8月1日(水)☆

午前9時～10時30分

★七夕料理を作ろう★(料理実習室)

松本の七夕料理ほうとうを作ります。

(料理作り参加ご希望の方は39-5711まで)

午前11時～12時

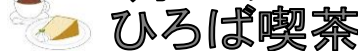
★七夕まつりコンサート★(大会議室)

伊藤訓子さん・田中千秋さんによる



『ピアノとマンドリン』コンサート

8月のサロン



ひろば喫茶

8月9日(木) 午後2時から4時

飲み物お代わり自由 100円(お菓子付き)

お当番 奥原ふき子さん 武居加代子さん

多湖 佳子さん 湯本 信一さん

中央地区子ども会育成会

《青山様・ぼんぼん》

日時：8月8日(水) 午後6時から

中央地区の子ども達が、町内を歩きます。

地域の伝統行事です。

是非、沿道に出ての見守りをよろしくお願いします。

★ご参加できる未就学児の方は、おやつの関係がありますので
ひろば39-5168までご連絡いただくと助かります。

裏面も見てくださいね



平成30年8月 中央地区イベントカレンダー

日	曜日	ひろば事業（参加自由）・サークル		地区行事・公民館講座等
		午前（10:00～）	午後（13:30～）	
1	水	子育て支援事業「七夕まつり」	中央地区民踊会(13:00)/健康ステップ(14:00)	講座室開放日 七夕コンサート
2	木	ひろば企画委員会	お達者雀/楽がき絵画の会	講座室開放日 11:00社協企画委員会
3	金	折り紙講座	健康ひろば/ペタンクの会/手習い	講座室開放日
5	日		土井尻町会	長野県知事選挙
6	月		楽基会	10:00 いきいき元気大学
7	火		歌のひろば	18:00 館報編集委員会
8	水	健康づくりワークショップ	民踊会(13:00)/健康ステップ(14:00)	18:00 中央地区ぼんぼん・青山様
9	木		サロン喫茶/お達者雀	19:00 地区防災部会議
10	金		手芸教室/お達者雀 職員研修	
12	日		土井尻町会	
13	月		楽基会	
14	火		歌のひろば	
15	水	子育てひろば（9:00）		
16	木			
17	金	縁側の日/大人のぬりえ	お達者雀/手習い/男性ふれ健（16:40）	18:00 居酒屋公民館
19	日		土井尻町会	
20	月		楽基会	10:00 いきいき元気大学（バスハイク）
21	火		歌のひろば	
22	水	子育てひろば（9:00）	民踊会(13:00)/健康ステップ(14:00)	
23	木		お達者雀/楽がき絵画の会	
24	金	ペタンクの会	手芸教室/お達者雀	
25	土		丸ノ内町会	
26	日		土井尻町会	10:00 育児の集い
27	月	ミュージックベル	楽基会	13:30 健康アップ歌唱講座
28	火		歌のひろば	17:30 公民館避難所運営委員会
29	水	子育てひろば（9:00）	民踊会(13:00)/健康ステップ(14:00)	
30	木		お達者雀	
31	金	ひろば 椅子掃除	カラオケ体験会（14:00）	



平成30年9月前半の予定

2	日		土井尻町会	
3	月		楽基会	13:30 健康アップ歌唱講座
4	火		歌のひろば	
5	水	子育てひろば（9:00）	民踊会(13:00)/健康ステップ(14:00)	
6	木	ひろば企画委員会	お達者雀/楽がき絵画の会	
7	金	折り紙講座	健康ひろば/ペタンクの会/手習い	
8	土			4地区合同上高地ウォーキング
9	日		土井尻町会	白駒池ウォーキング

ボランティア中央の皆さんへ

ひろばの椅子掃除をします。
ご都合のつく方はよろしく
お願いします。



8月31日（金）午前9時30分から

《カラオケ》

歌いたい人集まれ！

8月31日（金）

午後2時から

詳細は別紙チラシを
ご覧ください。

《お知らせ》

8月10日（金）午後は
職員研修のためひろば
コーディネーターは不在
となりますのでよろしく
お願いします。