



…公民館開催



…福祉ひろば開催



…スポーツ協会開催

**ふれあい健康教室
スマイル松本山雅◎健康教室**

松本山雅スタッフによる「健康運動教室」を開催します。音楽やリズムに合わせた体操を教えてください。ぜひ一緒に気持ちよく身体を動かしましょう!!

保健師の健康相談や包括支援センター、生活支援員によるお話もあります。茶話会もやります♪お気軽にご参加ください。

- 【日 時】 5月15日(水) 9:30~11:30
- 【会 場】 島立地区福祉ひろば
- 【持ち物】 動きやすい服装・タオル・水分
- 【当 番】 南栗町会
- 【申込み】 島立地区福祉ひろば TEL48-5168

**「ひろばウォーキング」**

地区内のオープンガーデンバラ園へ行きます。バラを見ながらお蕎麦もいただけます。
歩きやすい服装でご参加下さい。



- 【日 時】 5月24(金)9:30集合
※雨天の場合、6月4日延期
- 【コース】 ひろば→島立ウォーキング西コース(一部)
→柴邸バラ園(大庭)昼食
→11:40頃ひろば着
- 【持ち物】 飲み物・タオル
- 【参加費】 500円(昼食 蕎麦)
- アレルギーのある方はごめんなさいm(_)_m
- 【集 合】 島立地区福祉ひろば
※要申込み(締切:5月17日(金)) TEL48-5168



☆次回のウォーキングは、
6月28日(金) MEGURYウォーキング【第二弾】

**ものづくりの日❀おりがみコマ❀**

脳の活性化につながる折り紙を楽しみませんか?
今回は折り紙「コマ」をやります。折って遊べるコマです。

- 【日 時】 5月16日(木)9:30~11:30
- 【会 場】 島立地区福祉ひろば
- 【参加費】 無料
※折り紙はひろばで用意します。
- 【定 員】 先着10名
- 【申込み】 島立地区福祉ひろば TEL48-5168

**子育て支援事業「親子ヨガ」**

子育てママの心も身体もリフレッシュ!
ママのためのヨガです。ヨガの呼吸法で心も身体もリフレッシュしましょう。お子さん連れでどうぞ♪

- 【日 時】 5月28日(火) 10:15集合 時間厳守
- 【会 場】 島立地区福祉ひろば
- 【講 師】 ヨガインストラクター 宮下 節子 さん
- 【参加費】 無料 【定 員】 先着10名
- 【持ち物】 バスタオル(あればヨガマット)
- 【申込み】 島立地区福祉ひろば
TEL48-5168

**卓球をしよう**

【中止】 5月9日(木) ※体育館工事のため

【日時】 5月23日(木) 19:30~21:00

**スポーツをしよう**

【日時】 5月24日(金) 19:00~21:00



※【両会場】 島立体育館 【持ち物】 上履き

**かごクラフト講座****初心者さん向け「ミニバッグづくり」**

クラフトバンドを使った「かごづくり」です。
やってみたいけど難しそう…。
そんな始めてみたい方向けの講座です。ぜひ、この機会に一緒にやってみませんか?

- 【日 時】 〈1回目〉 6月6日(木) 13:30~16:00
〈2回目〉 7月4日(木) 13:30~16:00
- 【会 場】 島立地区福祉ひろば
- 【講 師】 クラフトバンドエコロジー協会
西澤愛子さん
- 【参加費】 800円(材料費込み)
- 【持ち物】 ハサミ・木工用ボンド・洗濯ばさみ
- 【定 員】 先着10名 ※必ず申込みをお願いします。
- 【申込み】 島立地区福祉ひろば TEL48-5168

こんにちは! 島立地区担当保健師です!

住民の皆さんの病気の予防や健康増進のお手伝いをしています。

子育て・ご自分やご家族の心身について相談したい方、「こんなことを知りたい」「こんな情報がほしい」と思う方、お気軽にお声がけください!
(島立出張所に在所する日もあります)



【お問い合わせ】健康づくり課 西部保健センター
TEL92-8001



「カラオケひろば」

【日時】5月27日(月) 10:00~11:30

【会場】島立地区福祉ひろば

【参加費】無料 【定員】10名

【申込み】島立地区福祉ひろば Tel48-5168



「ひろば喫茶」

【日時】5月30日(木) 13:30~15:30

【会場】島立地区福祉ひろば

【参加費】100円 (コーヒー+お菓子)

【定員】限定 20席 ※申込みをお願いします。

【申込み】島立地区福祉ひろば Tel48-5168



「地区生活支援員(松崎)ひろば在所日」

今年度も引き続きお世話になります。「困りごとが出てきたけど、こんなこと誰に相談すれば良いのかな？」身体が思うように動かなくなってきた、忘れっぽい、外出が億劫になってきた、話し相手がほしい…など、終日ひろばに居りますので、お気軽にお越しください。ひろばまで来るのが困難になってきた方もご相談ください。

【日時】5月 9日(木)、28日(火)
いずれも9:00~16:00

通常は、地域づくりセンター(島立公民館)に居ります。
お気軽にご相談ください。
直通電話 070-8684-8028

令和6年度 島立地区役員の紹介(敬称略)

※4月末時点

【町会長】

(◎町会連合会長 ○副会長)

- [荒井] 奥村 猛
- [堀米] ○床尾 彰泰
- [大庭] 安藤 久治
- [小柴] 市澤 紀秀
- [町区] ○浅井 勇吾
- [永田] 横内 秀明
- [中村] 小野 久芳
- [三の宮]◎浅野 尚志
- [北栗] 中島 光晴
- [南栗] 大久保 賢二

【町内公民館長】

(◎町内公民館長会長 ○副会長)

- [荒井] 清水 哲郎
- [堀米] ◎中澤 昌久
- [大庭] 北野 文彦
- [小柴] 丸澤 千秋
- [町区] 小澤 浩明
- [永田] 北野 京一
- [中村] 小澤 幸夫
- [三の宮]○渡邊 清宇
- [北栗] 吉川 秀穂
- [南栗] 大久保 貴男

【各種団体長(順不同)】

- [子ども会育成会長] 藤田 克彦
- [スポーツ協会長] 八十島 健
- [民生児童委員協議会長] 北野 憲雄
- [食生活改善推進協議会長] 住吉 まさ子
- [衛生協議会長] 村山 範行
- [松本市消防団第10分団長] 松田 佳典
- [交通安全協会島立支部長] 吉澤 和司
- [商工親和会長] 有馬 義久
- [ボランティア連絡協議会長] 山田 任宏
- [島立小学校PTA会長] 千野 茂樹

【島立公民館専門委員】

(◎委員長 ○副委員長)

◆企画委員会

(町内公民館長が兼ねる)

※上記町内公民館長と同様

◆館報編集委員

- [荒井] 小林 伸一
- [堀米]○種山 岳彦
- [大庭]○北野 剛史
- [小柴] 藤田 明広
- [町区] 田中 栄治
- [永田] 北野 正樹
- [中村] 百瀬 美穂子
- [三の宮] 二木 典子
- [北栗] 塚田 道彦
- [南栗]◎ 濱 博

◆スポーツ委員

(スポーツ協会役員兼務)

- [堀米] 浅野 巧
- [大庭]○上條 学
- [町区] 小澤 哲也
- [永田]◎八十島 健
- [中村]○塚田 喜代志
- [北栗] 鈴木 直樹
- [南栗] 大久保 文明

◆文化図書委員

- [荒井] 小林 康則
- [堀米] 麻田 正明
- [大庭]◎北野 雅彦
- [小柴] 古畑 和明
- [町区] 青山 修
- [永田] 塚本 代巳
- [中村] 武井 八千代
- [三の宮] 百瀬 良子
- [北栗]○長瀬 正弘
- [南栗]○大久保 由可里

◆女性委員

- [堀米]◎床尾 恵子
- [大庭] 白井 直美
- [小柴] 伊藤 芳江
- [町区] 露木 八千穂
- [永田]○北野 和代
- [中村] 山崎 幸恵
- [三の宮] 宮澤 敦子
- [北栗] 久保田 理美
- [南栗] 大久保 直子

◆全市版館報編集委員

- [小柴] 小路 春男

地域づくりセンター職員体制

〈出張所〉

- 伊藤 和宏(セカ長・出張所長)
- 百瀬 明子 浅野 英子
- 桑山 美佳

〈公民館〉

- 伊藤 悦夫(館長)
- 丸山 直紀

〈福祉ひろば〉

- 中川 枝里子
- 飯田 珠美
- 百瀬 あき

〈地区担当保健師〉

- 片桐 彩希

〈生活支援員〉

- 松崎 希佳子

【 5月の島立地区行事・講座・イベント・サークル活動 】

♪ お気軽にお問い合わせ・ご参加ください♪

日付	曜日	公民館／スポーツ協会／地区行事など	公民館で活動しているサークル
5月1日	水	スポーツ協会三役会(島立公民館19:30～)	ピラティスサークル(体操)
2日	木	町内公民館長会(島立公民館19:00～)	
3日	金	〈 憲法記念日 〉	
4日	土	〈 みどりの日 〉	
5日	日	〈 こどもの日 〉	
6日	月	〈 振替休日 〉	
7日	火		霜耀会(絵画) エターナルエンジェルズ(歌)
8日	水	スポーツ協会理事会(島立公民館19:30～)	ピラティスサークル(体操)
9日	木		墨勝会(水墨画)
10日	金		
11日	土	スポーツ協会 救急救命講習会 (島立公民館9:00～)要申込	
12日	日		ニューエバーグリーン(音楽)
13日	月	健康・育児相談(島立公民館9:30～11:00) 親子フィットネス(島立体育館10:30～)	島立さわやかコーラス(音楽)
14日	火		ストレッチの会(ストレッチ) 霜耀会(絵画)
15日	水		ピラティスサークル(体操)
16日	木		エターナルエンジェルズ(歌)
17日	金		
18日	土		
19日	日	町会対抗 卓球・ソフトバレー大会 (島立体育館・島立小学校体育館8:30～)	
20日	月		
21日	火		ストレッチの会(ストレッチ) 霜耀会(絵画)
22日	水		紫水会(絵手紙) ピラティスサークル(体操)
23日	木	卓球をしよう(島立体育館19:30～)	
24日	金	スポーツをしよう(島立体育館19:00～)	墨勝会(水墨画)
25日	土		
26日	日		
27日	月	保健師・包括・生活支援員在所日 (島立公民館 10:00～)	沖縄三線ゆいまーる(沖縄民謡) 島立さわやかコーラス(音楽)
28日	火	館報編集委員会(島立公民館19:00～)	ストレッチの会(ストレッチ) 霜耀会(絵画) エターナルエンジェルズ(歌)
29日	水		
30日	木		
31日	金		沖縄三線ゆいまーる(沖縄民謡)
6月1日	土		
2日	日		
3日	月		
4日	火		霜耀会(絵画) 沖縄三線ゆいまーる(沖縄民謡)
5日	水	スポーツ協会三役会(島立公民館19:30～)	ピラティスサークル(体操)
6日	木	町内公民館長会(島立公民館19:00～)	墨勝会(水墨画)
7日	金		

日付	曜日	福祉ひろば		★福祉ひろば主催事業
		午前(9:30～)	午後(13:30～)	
5月1日	水	★エルダー 【午前の部】10:00～	★エルダー 【午後の部】13:30～	
2日	木	★お習字講座 10:00～	※かごクラフト お休み	
3日	金	〈 憲法記念日 〉		
4日	土	〈 みどりの日 〉	碁会	
5日	日	〈 こどもの日 〉		
6日	月	〈 振替休日 〉		
7日	火	かごサークル	カラオケ教室	
8日	水	★エルダー 【午前の部】10:00～	★エルダー 【午後の部】13:30～	
9日	木	パッチワーク	生活支援員(松崎)在所日	★銭太鼓教室(300円) 講師:山内 智恵さん
10日	金	絵手紙クラブ	マージャン	
11日	土		碁会	
12日	日	雀友会		
13日	月		絵てがみ	
14日	火	童謡唱歌	ハーモニカ	
15日	水	★ふれあい健康教室「松本山雅の健康教室」9:30～	★エルダー 【午後の部】13:30～	
16日	木	★ものづくり 折り紙 9:30～	リフォーム/きめこみ	
17日	金	俳画だより	★初心者マージャン	
18日	土		碁会	
19日	日			
20日	月	月曜カラオケ	★ヨガ講座(300円) 講師:宮下 節子さん	
21日	火	かごサークル		
22日	水	★エルダー 10:00～	いきいきデータ転送	
23日	木	パッチワーク	太極拳の会	
24日	金	★ひろばウォーキング&バラ園でお蕎麦(500円)	マージャン	
25日	土		碁会	
26日	日	のぞみ会		
27日	月	★カラオケひろば 10:00～		
28日	火	★子育て「親子ヨガ」10:15～	生活支援員(松崎)在所日	ハーモニカ
29日	水	★エルダー 【午前の部】10:00～	★エルダー 【午後の部】13:30～	
30日	木		★ひろば喫茶(100円)	
31日	金		マージャン	
6月1日	土		碁会	
2日	日			
3日	月	月曜カラオケ	★ヨガ講座(300円) 講師:宮下 節子さん	
4日	火	かごサークル	カラオケ教室	
5日	水	★エルダー 【午前の部】10:00～	★エルダー 【午後の部】13:30～	
6日	木	★お習字講座 10:00～	★かごクラフト	
7日	金	俳画だより	★初心者マージャン	

※ 各種事業について予告なく一部内容を変更する場合があります。不明な場合は下記へお問い合わせください。