

# 今井公民館ニュース No.7

発行元：今井公民館 TEL59-2001 発行日：2. 10. 1

※ 掲載内容は新型コロナウイルスの感染状況により中止、変更となる場合があります。ご了承ください。

## 良い姿勢で効率的に！

今井地区体育協会・公民館・福祉ひろば 共催

## 正しいウォーキング講座開催



ようやく残暑が落ち着き、歩くにはちょうどいい季節がやってきました。  
正しいウォーキングを学んで、効率的に筋肉を動かしましょう！

市民タイムスの連載でもおなじみの“まさ先生”に教えていただきます♪

日時 **10月25日(日) 19:00~21:00**

会場 道の駅 今井恵みの里 多目的交流施設

参加費 無料

持ち物 マスク、飲み物、タオル、携帯電話またはスマートフォン、傘(折り畳み可。姿勢改善に使用します)

服装 動きやすい服装、泥のついていない下足

定員 先着30名

申込み 10月21日(水)までに今井公民館(59-2001)へ



講師：長崎 将利先生

今こそ感ぜよう 心のつながり 地域の輪

## 第44回 今井地区文化祭

日時 **11月7日(土)・8日(日)**

場所 今井農村環境改善センター(今井公民館)、今井地区福祉ひろば

内容 今年度の文化祭は、新しい生活様式を考慮しながら行います。

詳細は10月中旬にお配りするプログラムをご覧ください。

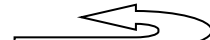
公民館ニュースは市公式HPでも公開中！

今井公民館



で検索！

裏面もご覧ください



# 今井地区掲示板

サークルのメンバー募集など、この掲示板で情報を発信したい方は今井公民館(TEL 59-2001)までお問い合わせください。

今井児童センター

今井児童センター・福祉ひろば・公民館 共催

## 紅葉ウォーキング～今井の史跡を巡る～

今井地区内の史跡を巡りながら、スカイパークを目指して歩きます。  
子どもたちと一緒に紅葉を見に行きませんか？



○日時 10月31日(土) 9:00～14:00

○集合 今井児童センター

○持ち物 マスク、飲み物、昼食(おにぎり等)、タオル、ピクニックシート等

○その他 事前申込不要、参加費不要です。歩きやすい服装でご参加ください。

○問合せ 今井地区福祉ひろば(50-3188)へ

※ 詳細は今井福祉ひろばだより10月号をご覧ください。

## イベント中止のお知らせ

今年度の「第63回松本市市民体育大会秋季大会」「第37回松本市長杯争奪球技大会市民体育大会」は、松本市スポーツ協会より**中止**が決定されました。大変残念ではありますが、来年は盛大に開催できますよう、ご理解ご協力のほどよろしくお願いいたします。

## 今井地区担当保健師「10月の予定」



10月 5日(月) 9:30～11:00 (健康相談)

10月23日(金) 13:30～15:00

**上記日程に担当保健師が公民館や福祉ひろばに常駐します。お気軽にお出かけください!**

なお、予定変更により不在の場合もあります。

別日をご案内しますので、申し訳ありませんがご了承ください。

問合せ先：西部保健センター  
鈴木 ☎92-8001

## その他の日程



内容	日時	備考
親子すくすく教室(10月)	10月6日(火)午前10時～	対象:未就園児とその保護者 会場:今井児童センター
卓球教室	10月5日、12日、19日、26日(月) 午後7時～9時	会場:今井体育館 持ち物:上履き 道具の貸し出しあり
マレットゴルフ教室	10月14日、28日(水) 午前8時30分～	会場:鎖川親水公園マレットゴルフ場 持ち物:道具の貸し出しあり
親子すくすく教室(11月)	11月10日(火)午前10時～	対象:未就園児とその保護者 会場:今井児童センター