

今井公民館ニュースNo.4

発行元：今井公民館 Tel59-2001 発行日：2.7.1

今井公民館・今井地区福祉ひろば共催

7/30(木)蓼科高原ウォーキング開催!

長い自粛期間で体や心がなまっていませんか?
高原を散策し、爽やかな風と美しい自然に癒されましょう。
午後は尖石縄文考古館を訪ねます。

- 日程 7月30日(木) 雨天決行
- 行程 8:20 今井公民館駐車場集合
→ 8:30 今井公民館発 → ビーナスライン
→ 10:00 北八ヶ岳ロープウェイ
→ 10:20~11:00 国立公園坪庭自然園散策
→ 12:00 昼食(茅野市内)
→ 13:30 尖石縄文考古館
→ 16:10 今井公民館着



- 持ち物 マスク、雨具、水筒、帽子、上着等
- 服装 体温調節ができる歩きやすい服装
- 参加費 3,000円(ロープウェイ代、昼食代含む)
※ 当日集金します。

定員 15名

申込み **7月15日(水)まで**に電話にて今井公民館(59-2001)または
今井地区福祉ひろば(50-3188)へお申込みください。

- ※ 申込者数が定員を上回る場合は**抽選**とさせていただきます。
- ※ 同伴希望の方はご一緒にお申込みください。
- ※ 抽選は事務局で行い、抽選結果及び詳細を申込者全員にご通知します。

【新型コロナウイルス感染拡大防止対策について】

- ・参加者全員にマスクの着用及び手指の消毒をお願いします。
- ・バスは定員の半分程度で運行します。
- ・車内の換気を行いますので、体温調節のできる服装でお越しください。

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



親子すくすく教室がはじまります!

親子で体操を楽しむ「親子すくすく教室」が7月から始まります。就園前のお子さんの健やかな成長と親子の楽しいコミュニケーションだけでなく、保護者同士の情報交換の場にもなっています。りんごサークルの会員でなくてもご参加いただけますので、お気軽にどうぞ♪

日時 7月～3月の主に第1火曜日 全9回 各回午前10時～11時15分まで
☆ 7月7日 ★ 8月18日 ☆9月1日 ☆10月6日 ★11月10日
☆12月1日 ★ 1月12日 ☆2月2日 ☆ 3月2日
※ ★は月の第1週火曜日ではありませんのでご注意ください。

会場 今井児童センターまたは今井公民館（農村環境改善センター）西館1階会議室
※ 7月7日（火）は今井児童センターで行います。

対象 保育園、幼稚園入園前のお子さんと保護者の方

内容 親子一緒に体を動かす体操、レクリエーションなど

費用 無料

講師 小布施 育子先生（健康運動指導士）

持ち物 運動しやすい服装、上履き、着替え、タオル、飲み物など

申込み 不要（当日会場に直接お越しください）



今井公民館・りんごサークル共催

今井地区担当保健師「7・8月の予定」

7月31日（金）13：30～15：00

8月 4日（火） 9：30～11：00（健康相談）



上記日程に担当保健師が公民館に常駐します。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は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7・8月の日程

内容	日時	備考
卓球教室	毎週月曜日 午後7時から	会場：今井体育館 ※ 事前申込み不要です
マレットゴルフ教室	7月8、22日、8月12、26日（水） 午前8時30分から	会場：鎖川親水公園マレットゴルフ場 ※ 事前申込み不要です
公民館図書入替	8月6日（木） 午前8時30分から ※ 入替作業は図書視聴覚委員のみ	みんなの図書館110号をご覧ください

講座・行事等に関するお申込み、お問合せは今井公民館（59-2001）まで