

# 島内福祉だより



令和7年6月1日 第358号  
松本市社会福祉協議会島内支会  
島内地区福祉ひろば事業推進協議会  
☎・FAX 47-0168  
島内公民館 ☎ 47-0264

## ふれあい健康教室 13日(金)

9:30~11:30頃

～物づくり～  
傘のつるし飾り  
を作ります!

持ち物:メガネ(必要な方)、はさみ✂  
梅雨時期にぴったりな“傘のつるし飾り”を  
作ります。簡単でかわいいです!

見本はひろばにあります♪

☎ 材料の準備のため申込みをお願いします

**\*お当番町会:中田町会\***

町会長さん、公民館長さん、民生委員さん、  
健康づくり推進員さんお世話になります。

☆☆☆☆☆

ふれあい健康教室は…男性・女性・年齢に  
関係なく、誰でも参加できます。  
初参加、久しぶりの参加も大歓迎!!  
島内地区の方を優先いたします。



## 縁側カフェ 6日(金)9:30~

コーヒーか紅茶(お菓子付き) ¥100

お友達同士でも、お一人でも、  
気軽にお越しください。待ってま〜す♪

\*生活支援員の可児さん

\*河西部包括支援センター

来てくれるので、心配事や  
介護の相談もできます。



## 運動不足も解消できる コグニサイズ

★6(金)13:30~★

コグニサイズとは…頭で考える課題と  
身体を動かす課題を同時に行うことで、脳  
と身体の機能を効率的に向上されることが  
期待される運動です。見学だけでもOKです  
水分をお忘れなくお持ちください!

～福祉ひろばの子育て支援は  
お出かけのきっかけづくり～



出前子育てひろば  
**ひよこランドにあつまれ!**

4日(水)10:00~ 青島会館

17日(火)10:00~ 島内公民館

対象:未就園児の親子

お子さんの飲み物などご持参ください

★大きな人と小さな人のからだあそび

～ぽんぽんむぎゅつ～★

11日(水)10:00~ 偶数月第2(水)に行います

対象:2歳くらいまでの親子

★ふれあいタッチケア～はじめての一步～★

25日(水) 10:00~

(毎月第4水曜日)

対象:1歳の誕生日までの親子

途中からの入退場も大丈夫です。



★子育てパパママの日(ひろば開放日)★

5日(木) 9:30~16:30

26日(木) 13:30~16:30

上記以外の日でも空いていれば利用できます

ひろばに問い合わせてください!

\*福祉ひろば☎47-0168\*



## ひろば事業やサークルの お仲間募集しています!

\*ひろば事業\* 仲良しクラブ(編み物)

リフォームの会、ガラスアート、クラフトバンド  
コグニサイズ など

\*サークル活動\*囲碁を楽しむ会、  
島内手話教室、ボイス・島内、あじさいの会  
ウェービングストレッチ

見学などひろばにお問合せください

# 島内公民館だより

令和7年6月1日

先月まで、隣組回覧として発行していた「島内公民館だより」で公民館の情報をお知らせしてきましたが、今月号から、「島内福祉だより」と一緒にお知らせを掲載する運びとなりました。(福祉だよりの欄内だけではお伝えできない情報につきましては、今まで同様、隣組回覧として別途発行します)

皆さまには何卒ご理解いただきますよう、お願いいたします。

島内公民館

## おはなしの会

島内公民館では、小さい頃から本に親しむように「おはなしの会」を開催しています。入園前のおともだちも大歓迎！！

日時 6月14日(土) 午前10時から

会場 島内公民館

内容 絵本や紙芝居の読み聞かせ

申込 申込みは不要ですので、会場へ直接お越しください。



島内公民館・図書視聴覚委員会 共催

## 春の島内地区健康ウォーキング大会

日時 : 6月14日(土)9時30分スタート

(受付/9時00分～ 開会式/9時10分)

集合場所 : ラーラ松本 駐車場

持ち物 : 飲み物・雨具

参加費 : 無料

定員 : 100名

申込み : 6月10日(火)までに島内公民館 (TEL47-0264)または福祉ひろば (TEL47-0168)へ

① 湯ったりラーラコース 約4.0km

② アルプス展望コース 約7.5km

\*体力に合わせてコースをお選びいただき、お申し込みの際にお伝えください。

※小雨決行(荒天の場合は中止となります)

参加者プレゼント！！

◆ペットボトル飲料 ◆ラーラ松本優待券

※中学生以下のお子さんには、さらにお土産があります。

主催: 島内地区福祉ひろば事業推進協議会・島内公民館

## 男の健康ひろば

日時 6月20日(金) 10:00~12:00

会場 島内公民館 講堂

※詳細は隣組回覧の公民館だより(6月号)をご覧ください

《問合せ先》 島内公民館 (TEL47-0264)