

鎌田地区公民館 公民館だより

2025年7月1日号

発行：松本市鎌田地区公民館
住所：松本市両島5-50
電話：26-0206 FAX：27-2957
kamada-k@city.matsumoto.lg.jp



鎌田地区に地震体験車がやってきます！

地震の揺れを安全に体験できる地震体験車がやってきます。大地震の揺れを実際に体験することで、家具の固定や避難経路の確認など、日頃の備えの大切さを実感していただけます。

7月28日(月) 午前10時から正午まで

- ◆ 場 所 : 鎌田地区公民館、鎌田体育館、鎌田地区福祉ひろば
- ◆ 対 象 : どなたでも
- ◆ 参 加 : 参加費無料、予約不要、入退場自由
- ◆ 内 容 : ① 地震体験車による揺れの体験
② カードゲーム「非常持ち出し袋の中身を考えよう！」
③ 身近な生活用品を使った応急措置講座
④ 避難所用品の展示



☆すべてのコーナーを体験された方には備蓄防災食をさしあげます(予定)。
ただし、数には限りがございます。



長野県内では1台しかない地震体験車に乗ることができる大変貴重な機会ですので、ご家族やご近所の方とお誘い合わせの上、ご参加ください。
(内容が変更する可能性もございます)

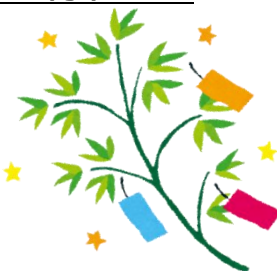
主催：鎌田地区公民館

共催：鎌田地区まちづくり協議会／松本市社会福祉協議会／鎌田地区福祉ひろば

☆短冊に込めよう 明日への願い☆

7月22日(火)～30日(水)まで

今年も笹飾りを設置します。
鎌田地区公民館、鎌田地区福祉ひろば、鎌田図書館で短冊に願いごとを書いて、夏の伝統行事、七夕を盛り上げましょう。



♪ 落し物が増えています ♪

鎌田地区公民館の玄関ロビーでは、公民館および周辺での拾得物を供覧しています。
落し物や忘れ物に心当たりのある方は、早めにご確認ください。※お預かりには期限を設けています



★真夏の★寄せ植え講座

暑さに負けない夏の花を寄せ植えにして楽しみましょう。初めての方でも簡単に作れますのでお気軽にお申込みください。

7月22日(火) 午後1時30分から午後3時まで

- ◆ 講 師 : 竹下 光重さん (一社) 日本ハンギングバスケット協会 公認講師
- ◆ 会 場 : 鎌田地区公民館 大会議室
- ◆ 参加費 : 1,500円
- ◆ 定 員 : 15名 (先着順)
- ◆ 申 込 : 7月7日(月) 午前9時から
鎌田地区公民館窓口まで、参加費を添えてお申し込みください
- ◆ 持ち物 : 作業用手袋、エプロン、花ばさみ、
持ち帰り用のポリ袋 (直径27センチの円形プランターを使用)



ラジオ体操

ラジオ体操はゆるやかな全身運動で新陳代謝の向上、血行促進などの健康効果が期待できる、とても身近な運動です。

朝から一緒に心地よい汗を流しましょう。



- ◆ 日 時 : 毎週月曜日、金曜日 (祝日のぞく)
午前9時から
- ◆ 場 所 : 鎌田体育館玄関前
- ◆ その他 : 予約不要です
雨天でも屋内で実施します

夏本番! 歩かま

鎌田地区内を歩く「歩かま」を月1回開催しています。

7月は暑さ対策のため、室内で生活総合機能改善機器 (DK ELDER SYSTEM) を使って体を動かします。

- ◆ 日 時 : 7月17日(木)
午前9時30分から
- ◆ 集 合 : 鎌田地区福祉ひろば
- ◆ 持ち物 : 水分



主催: 鎌田地区福祉ひろば
共催: 鎌田地区公民館

美化清掃へのご協力、ありがとうございました。

5月25日(日)、公民館利用団体による施設周辺の美化清掃を行いました。

次回は10月6日(月)です。お手伝いいただける皆さまの参加をお待ちしております。