

8月 城北ひろばだより



今月から、ひろばだよりは公民館ニュースと一緒にになりました。沢山のことを発信していきますので、お楽しみにしてください。

☆井戸端会議 7日(木)13:30~ 参加費：100円

尋美会(ひろみかい)さんによる日本舞踊と信州大学の学生さんによるお琴の演奏です♪
素敵な「舞い」と、「演奏」を一緒に鑑賞しませんか?(^^♪

.....

次回 9月4日は「好きなおにぎりの具は梅です」 お楽しみに！



ふれあい健康教室 27日(水) 9:30~

今月の担当町会： 蟻ヶ崎北町会
体操、レクレーション、茶話会
保健師による血圧測定・健康相談



どなたも予約なしで参加できます。
お困りごとのある方は気楽に包括支援センター
の職員、または生活支援員にご相談ください！
当日、北ふれあいのパンの販売もあります。

★9月のふれあい健康教室はお休みにになります。



サロン「花夢歌睦亭」 21日(木) 10:00~

※今月は第3木曜日になります。

昭和後半の歌謡曲特集です！

昭和で活躍した有名歌手が大集合！

最後はみんなで歌うコーナー☆

一緒に歌いましょう！



きっさ「千客万来」 29日(金)10:30開店

*12:00までにお入りください

(今月は第5週金曜日になります。)

☆涼しいひろばで一緒にお茶しませんか？

今月は、大塚製薬のミニ講座「エクオールと女性の健康」もあります！

当日、北ふれあいのパンと

ふれっ手のいなり寿司の販売があります。

第2回ちりめん講座 8日(金)13:00~【談話室】

ちりめん布で「金魚」を一緒につくりませんか？
金魚の起源は中国です。「富」や「繁栄」の象徴として縁起物とされています。
可愛い金魚を作って私達も癒されましょう。
第2回目からでも参加可能です。
講師：松田 榮子さん



レストラン「夢」 20日(水) 11:50開店

暑い日が続きますね...

こんなときは美味しいカレーライスで元気アップ
皆様のご来店をお待ちしています(^^)/



★QRコードでのお申込みもできます→



のびのびひろば 22日(金) 10:00~

「ひろばでミニ運動会」を開催します！

みんなで楽しく体を動かしましょう♪

参加費：100円(お菓子代)

持ち物：お子さんの飲み物

★QRコードからお申込みください→



◎伝言板

★のびのび開放日 6日(水) 10:00~11:00

19日(火) 10:00~12:00

【今月の カフェ すいれん 開店日】 開店時間 10時~ 参加費 100円

誰もが気楽に集まり、安心して過ごせる場です。どなたでもお越しください。

5日(火) 沢村公民館

26日(火) 白金町公民館





新・市立博物館に行こう！

～盆明けに閻魔様に会おう～

日 時》8月18日(月)9:20～11:30

集 合》城北公民館 大会議室

案内人》後藤 芳孝さん(田町町会)

内 容》座学(見学のポイント説明)

市立博物館で特別展見学

参加費》900円(予定)

定 員》40人

持ち物》飲み物

申込み》8月14日(木)までに

城北公民館(☎38-0120)



公民館文化部主催バス視察研修

高山市を訪ねるー明治初期同じ県だったよしみー

日 時》8月20日(水)8:20 松本教会前集合

17:00 解散予定

内 容》・筑摩県出張所だった高山陣屋

・高山の朝市 ・高山祭屋台会館

・円空仏の宝庫千光寺

参加費》2,000円程度(観覧料等、当日集金)

(昼食は別途各自支払い)

定 員》30人 ※要本人申込み

持ち物》参加費、飲み物、熱中症対策

申込み》8月8日(金)9時から城北公民館(☎38-0120)



歴史とロマン講座③

人はそれぞれの時代をどう生きてきたか

ー歴史の中から人権を考えるー

日 時》8月25日(月)13:30～15:00

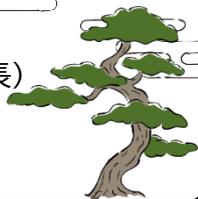
会 場》城北公民館 大会議室

講 師》原 明芳さん

(安曇野市豊科郷土博物館館長)

参加費》無料

申込み》城北公民館(☎38-0120)



ベネチアンガラスアクセサリーを作ろう！

日 時》8月28日(木)13:30～15:30

会 場》城北公民館 視聴覚室

講 師》太田 敏子さん(蟻ヶ崎東町会)

参加費》600円

ペンダント・ピアス
ブローチなどを作れます！

定 員》10人

申込み》8月7日(木)9時から8月22日(金)までに

城北公民館(☎38-0120)

その他》焼き上げ作業に2週間程度かかります。



住みよい町づくり協議会から

「誰もが住み慣れた家、地域で、安心して暮らし続ける」ことを目的に、松本市からの「地域づくり推進交付金」を財源(65万円)として安全・健康・福祉の3部会で活動しています。

今後も協議会の取組みを紹介していきますので、お気軽にご参加ください。

安全の部会

7/11(金)松本城西側大型バス駐車場に地震体験車が来ました。地震の恐ろしさを身をもって体験し、身を守る行動や家具の固定などの重要性を学びました。



健康の部会

ラジオ体操をやっています！



会場 城北地区防災緑地・中央図書館前

時間 午前6時30分から

どなたでも気楽にご参加ください。

福祉の部会

7月5日(土)、自宅で最後を迎えたいと望む患者のために訪問診療を続ける訪問診療クリニックの瀬角英樹(せすみひでき)所長を招き「この地域で出会い別れた「いのち」～患者になった訪問診療医の今と未来への想い～と題して講演会を開催しました。

最後は、竹内まりやさんの「人生の扉」を弾き語りで歌って締めくくりました。

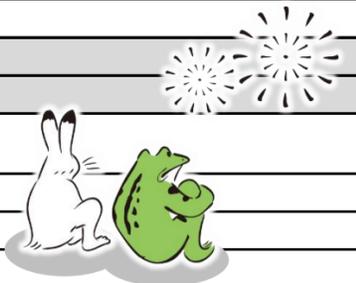
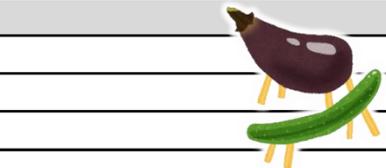
来年もぜひ先生に講演をお願いしたいと思っております。



〈8月の城北地区の講座・イベント・会議・利用予定など〉

日付	曜日	公民館/地区事業など	地区団体各種会議
8月1日	金	公民館に泊まって遊ぼう 13:00~	
2日	土	公民館に泊まって遊ぼう ~12:00	
3日	日		
4日	月	平和を語る会「等話」 10:00	民児協定例会 13:30
5日	火		
6日	水		町内公民館長会 16:00
7日	木	科学講座 9:30	
8日	金		
9日	土		
10日	日		
11日	月	(山の日)	
12日	火		
13日	水		
14日	木		
15日	金		
16日	土		
17日	日		
18日	月	新・市立博物館に行こう 9:20	
19日	火		町会長会 16:00
20日	水	文化部バス視察研修 8:20	
21日	木		
22日	金	手づくりパンとスイーツ講座③ 13:00	
23日	土		
24日	日	そば打ち講座	
25日	月	AM全館清掃 歴史とロマン講座③ 13:30	
26日	火		
27日	水		
28日	木	ベネチアンガラスアクセサリーを作ろう 13:30	
29日	金		
30日	土		
31日	日		
9月1日	月		民児協定例会 13:30
2日	火		
3日	水		ふれ愛まつり実行委員会③ 13:30
4日	木		
5日	金		
6日	土		
7日	日		
8日	月	そば打ち講座	

夏休み自習室
開放期間(平日)
詳しくはこちら



そば打ち講座を下記の日程で開催!
二八そば(そば粉500g=約5人前)を作ります。
期 日》8月24日(日) / 9月8日(月)
時間枠》① 9:30~ ② 11:00~
③ 14:00~ ④ 15:30~
⑤ 18:30~
※希望の時間枠を申込みください。
詳しくはこちら



そば打ち講座

会 場》城北公民館 料理実習室 参加費》1,000円 持ち物》参加費、エプロン、三角巾、持ち帰り容器
講 師》古田 健司さん(沢村町会) 定 員》1枠につき2組 申込み》8月7日(木)9時から城北公民館☎(38-0120)

この配布物は松本市のHPにも掲載しています。

【URL】 /site/chiku-info/50767.html 【QRコード】→



日付	曜日	福祉ひろば事業	ひろばサークル及び関係団体	
			午前	午後
8月1日	金	いきいき健康ひろば 9:00 ベルの会(講義室) 10:00		子ども会育成会
2日	土		子ども会育成会	
3日	日			新田町町会
4日	月		和なごみ/てんとうむし	北馬場町会
5日	火			健康麻雀倶楽部
6日	水	のびのび開放日 ※10:00~11:00 ひろば委員会 13:30	家庭料理「すずらん」	町内公民館長会
7日	木	ストレッチ体操 10:00 井戸端会議 13:30	ひまわり(談話室)	
8日	金	ちりめん講座(談話室) 13:00	なつめの会(講座室)	銭太鼓「麗音」 棋友会(講義室)
9日	土			
10日	日			
11日	月	(山の日)		
12日	火			健康麻雀倶楽部
13日	水			
14日	木			
15日	金			
16日	土			
17日	日			
18日	月		和なごみ/てんとうむし	北馬場町会
19日	火	のびのび開放日 10:00 ベルの会(講義室) 13:00		健康麻雀倶楽部 町会長会
20日	水	レストラン「夢」 11:50	カレーライス 大盛・普通盛 選べて 一皿300円	
21日	木	サロン「花夢歌睦亭」 10:00	ひまわり(談話室)	
22日	金	のびのびひろば 10:00	なつめの会(講座室)	
23日	土			新田町町会
24日	日			
25日	月		和なごみ/彩の会	
26日	火	手づくりの会 13:30		健康麻雀倶楽部(講義室)
27日	水	ふれあい健康教室 9:30		銭太鼓「麗音」
28日	木	ストレッチ体操 10:00		ハナミズキ
29日	金	きっさ「千客万来」 10:30	飲物とスイーツのセット 150円 飲物のみ、スイーツのみ 80円	
30日	土			
31日	日			
9月1日	月		和なごみ/ てんとうむし(講義室)	北馬場町会
2日	火	ベルの会 9:30		健康麻雀倶楽部
3日	水	のびのび開放日 10:00		
4日	木	ストレッチ体操 10:00 井戸端会議 13:30	ひまわり(視聴覚室)	
5日	金	いきいき健康ひろば 9:00		
6日	土			
7日	日			
8日	月		和なごみ/彩の会	

【出張ふれあい健康教室】

18日(月) 10:00 沢村公民館 22日(金) 9:30 蟻ヶ崎東公民館

問い合わせ先:城北地区地域づくりセンター/福祉ひろば/公民館 ☎38-0120/36-0168