

9月 城北ひろばだより

今月末は、「第24回 ふれ愛まつり」が開催されます。皆さんふるってお出かけください。

☆思い出の映画鑑賞会(申込不要) 参加費:無料

持ち物:飲み物

2日(火) 13:30~15:00 「こんにちは、母さん」 上映

30日(火) 13:30~15:00 「幸運の黄色いハンカチ」 上映



※上映内容が変更となる場合があります。

復活!ひろばで映画鑑賞会をします(^)/ 懐かしい映画から新しい映画まで、一緒に泣いたり笑ったりしませんか?男性でも女性でもどなたでも♪参加お待ちしております!

サロン「花夢歌睦亭」 11日(木) 10:00

名曲の数々を皆さんで鑑賞しましょう♪
「月がとっても青いから」「夏の思い出」
「北国の春」「三味線ブギ」...



☆井戸端会議 4日(木) 13:30



参加費:100円

「好きなおにぎりの具は梅です」どんなお題かは、
当日のお楽しみ♪皆さんで沢山語り合いましょう😊

次回 10月2日は「思いどおりに軽やかに」
100歳体操体験運動会です!

きっさ「千客万来」 19日(金) 10:30開店

*12:00までにお入りください

☆美味しいお味噌汁のサービスもありますよ!

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。



のびのびひろば 16日(火) 10:00

マナ・トーンさんによる「夏のコンサート」

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→



ふれあい健康教室

今月のふれあい健康教室はお休みです。

★10月の担当は田町町会です。



◎予告

秋のウォーキング大会 復活!! 10月25日(土)

秋の廃線敷遊歩道を歩こう♪(旧国鉄篠ノ井線)

詳細は10月号にてお知らせします。

◎伝言板 のびのび開放日 3日(水) 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。

9日(火) 沢村公民館

30日(火) 白金町公民館





第24回城北地区ふれ愛まつり

日時》①9月27日(土)9:30~16:00

※開祭式は9:00~

②9月28日(日)9:30~12:00

内容》ステージ発表/作品展示/喫茶・販売

/あそびのひろば

詳しくは同時回覧中のチラシか

ホームページをご覧ください!➡



居酒屋公民館 ~秋の夜長を楽しもう~

みんなで集まって秋の夜を楽しみましょう!

軽食用意あり☑ お楽しみに!

日時》10月3日(金)18:00~

場所》城北公民館

参加費》200円(生ビール別途1杯300円)

その他》好きな飲み物、食べ物は各自で用意



そば打ち講座

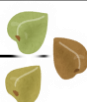
日程

10月7日(火)

時間枠

① 9:30~ ②11:00~ ③14:00~

④15:30~ ⑤18:00~



会場》城北公民館 料理実習室

講師》古田 健司さん(沢村町会)

参加費》1,000円(手づくりそばつゆ持ち帰りあり)

定員》1枠につき2組(先着順:希望の時間枠に申込み)

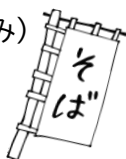
持ち物》エプロン、三角巾、持ち帰り容器

申込み》9月8日(月)9:00 から

城北公民館窓口または電話➡(☎38-0120)

その他》講座内で試食をし、残った分はお持ち帰りいただきます。

二八そば(一人そば粉500g
=約5人前)を作ります。



ハワイアンキルト講座

今年も開催!今回はポシェットを作ります♪

日程

10月8日(水)

11月7日(金)

時間

13:30~16:30

※2回ともご参加ください。

会場》城北公民館 視聴覚室

講師》松田 榮子さん(深志ヶ丘町会)

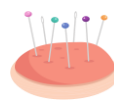
参加費》1,500円程度

定員》10人程度(先着順)

持ち物》裁縫セット、しつけ糸、縫い糸

申込み》城北公民館窓口

または電話➡(☎38-0120)



住みよい町づくり協議会からのお知らせ

健康の部会

キレイに歩こう!ウォーキング講座

日時》10月11日(土)7:45 松本駅アルプス口集合

16:20 頃松本駅解散予定

会場》池の平ホテル

内容》ロコモティブシンドローム予防と

改善に向けた予防法

(昼食、温泉入浴付き)

※ロコモティブシンドロームとは
→移動するための能力が低下
した状態のこと

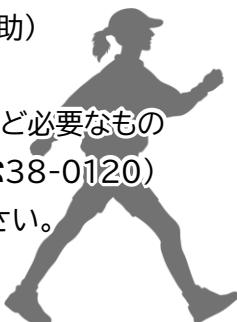
参加費》3,000円(不足分は協議会で補助)

定員》25人程度

持ち物》筆記用具、入浴する方はタオルなど必要なもの

申込み》城北公民館窓口または電話➡(☎38-0120)

その他》運動のできる服装でご参加ください。



安全の部会(城北地区防災連合会)

「城北地区防災計画」

が策定されました

今後は、防災連合会が主体的になり皆さまに
周知していきます。



福祉の部会

「このような時はどこに電話したらいいの?」
と悩んだことはないでしょうか?

現在、そのような時のために「困った時の
お役立ち便利帳」を作成中です。

今年度中に全戸配布を予定して
いますのでご活用ください。



〈9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
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	
9日	火		
10日	水		
11日	木		
12日	金		
13日	土		
14日	日		
15日	月	(敬老の日)	
16日	火		町会長会 15:00
17日	水		
18日	木		
19日	金		
20日	土		
21日	日		
22日	月		
23日	火	(秋分の日)	
24日	水		
25日	木		
26日	金		
27日	土	ふれ愛まつり① 9:30~16:00	
28日	日	ふれ愛まつり② 9:30~12:00	
29日	月	全館清掃	
30日	火		
10月1日	水		
2日	木		
3日	金	居酒屋公民館 18:00	社協役員会 13:30
4日	土		
5日	日		
6日	月		民児協定例会 13:30
7日	火	そば打ち講座	
8日	水	ハワイアンキルト講座 13:30	

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

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
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 思い出の映画鑑賞会 13:30		健康麻雀倶楽部(講義室)
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 車	ひまわり(視聴覚室)	
5日	金	いきいき健康ひろば 9:00 送迎ボランティアの会 13:30		
6日	土			
7日	日		徒士町町会	
8日	月		和なごみ/彩の会	
9日	火	手づくりの会 10:00		健康麻雀倶楽部
10日	水		家庭料理「すずらん」	
11日	木	サロン「花夢歌睦亭」 10:00 車		ハナミズキ
12日	金	ストレッチ体操 10:00	なつめの会(講座室)	銭太鼓/棋友会(視聴覚室)
13日	土			
14日	日			
15日	月	(敬老の日)		
16日	火	のびのびひろば 10:00 ベルの会(大会議室) 13:00		健康麻雀倶楽部
17日	水	レストラン「夢」 11:50 車	カレーライス 大盛・普通盛 選べて 一皿300円	
18日	木		ひまわり	
19日	金	きっさ「千客万来」 10:30 車	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	
20日	土			
21日	日			新田町町会
22日	月	ベルの会 13:30	和なごみ/彩の会	
23日	火	(秋分の日)		
24日	水			銭太鼓「麗音」
25日	木	ふれ愛まつり準備		
26日	金	ふれ愛まつり準備		
27日	土	第24回ふれ愛まつり		
28日	日	第24回ふれ愛まつり		
29日	月			
30日	火	思い出の映画鑑賞会 13:30		健康麻雀倶楽部(講義室)
10月1日	水	のびのび開放日 10:00 ひろば委員会 13:30		
2日	木	ストレッチ体操 10:00 井戸端会議 13:30 車	ひまわり(談話室)	
3日	金			
4日	土			
5日	日			
6日	月		和なごみ/てんとうむし	北馬場町会
7日	火	ベルの会 9:30		健康麻雀倶楽部
8日	水		家庭料理「すずらん」	

【出張ふれあい健康教室】

12日(金) 9:30 白金町公民館