

城東公民館・城東地区福祉ひろば事業予定表

2025 10月 令和7年

城東公民館 0263-34-0191
申込みは 電話 又は 窓口で
福祉ひろば 0263-39-0168

日/曜日	場/時間	事業名(午前)	場/時間	事業名(午後)
1(水)				
2(木)				
3(金)	ひ 9:00	広報部会	ひ 1:30	スポーツ吹き矢
4(土)				
5(日)				
6(月)	ひ 9:30	みんな元気会	ひ 1:00	編む編夢ニットの会
7(火)	ひ 9:30	ふれあい健康教室	ひ 1:30	民生児童委員協議会
8(水)	ひ 9:30	ひまわりの時間	ひ 1:00	手仕事の日(手芸)
9(木)	ひ 9:30	出張ふれ健(岡の宮)	ひ 1:30	パズル道場
10(金)	ひ 9:30	楽しいモルック	ひ 1:30	ひろば三役会
11(土)				
12(日)				
13(月)		スポーツの日		
14(火)	ひ 9:30	みんな元気会	ひ 4:00	町会長会
15(水)	ひ 9:30	出張ふれ健(和泉1)		
16(木)	ひ 9:30 公 8:30	男の健康体操教室 マレットゴルフ大会	ひ 1:00	広報部会
17(金)	ひ 10:30	すくすくキッズ	ひ 1:00	ひろば三役会
18(土)				
19(日)				
20(月)	ひ 9:00 ひ 9:30	お菓子作り みんな元気会	ひ 1:30	にこにこフラダンス
21(火)	ひ 9:00	広報部会	ひ 1:30	浪漫茶房
22(水)				
23(木)				
24(金)	ひ 9:30	手仕事の日(フライパン)	ひ 1:30	スポーツ吹き矢
25(土)	公	城東公民館文化祭		
26(日)				
27(月)	ひ 9:30	みんな元気会	ひ 1:00 ひ 1:30	編む編夢ニットの会 職員ブロック会議(安原)
28(火)	ひ 9:30	手仕事の日(手芸)	ひ 1:00	民生運営委員会
29(水)	ひ 9:00	街中さんぽ		
30(木)	ひ 9:30	城東シネマ	ひ 1:30	にこにこフラダンス
31(金)				

来月のふれあい健康教室は 4 日 火曜日です ひまわりの時間は布切ばさみをお持ちください

【お知らせ】福祉ひろばの職員体制が変わります。7月末で二山晶子さんがご都合で退職され2人体制でしたが、10月より有賀恵美子さんが入ります。上垣・西村・有賀の3人体制となりますのでよろしくお願いいたします。



ご参加お待ちしております！あんなこと・こんなこと やっていますよアラカルト！

統合版は事業予定・事業案内とも公民館は赤色枠 ひろばは青色枠を表示をしています

城東地区マレットゴルフ大会開催日の変更について

情報テラス9月号で掲載しました、開催日を変更します
【日 時】 10月16日(木) 集合8時30分
【定 員】 24名 (城東地区の方限定)
【集合場所】 アルプス公園 駐車場上のあずま屋
【参加費】 無料
【持ち物】 スティック、ボール(無い方は公民館で用意します)
【申込み】 10月14日(火)までに、城東公民館まで
【その他】 降雨状況により中止の場合があります
順位をつけるため年齢をお伺いします

ふれあい健康教室 10月7日(火)午前9:30～

サックス奏者 佐藤宏信さんの演奏会

長野県辰野町を拠点に、全国各地で演奏活動を行う傍ら
身近なところで生演奏を提供し、街を音楽で満たすことを
目的として、プロジェクト「花束ライブ」を運営。 レストラン
飲食店、ショップ、ホテル等の出張演奏を手掛けるとともに
ホームコンサートやボランティア演奏にも注力されています



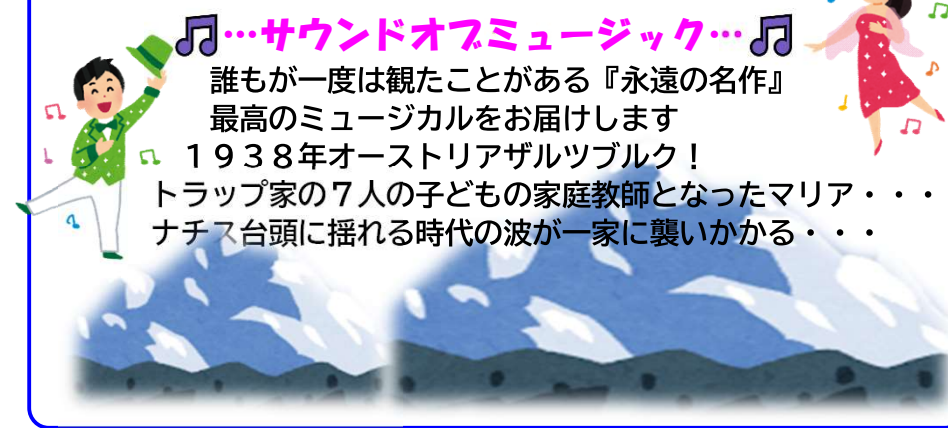
手仕事の日(フライパン)10月24日(金)午前9:30～

ほうれん草のキッシュパン&トマトと卵のスープ

キッシュとは何なのか、知っていますか？
キッシュとはフランスロレーヌ地方の
家庭料理であり、パイやタルトを使用して
卵や生クリーム・野菜などを使用した料理です
そんな難しいものはできませんが、朝食に食べたい
簡単な食パンの**キッシュもどき**とスープを作りませんか？
ランチに良さそうなメニューですよ♪



城東シネマ 10月30日(木)午前9:30～



10月は『市民歩こう運動』推進強化月間です

『MEGURY』って、なに？ LINEアプリ内で実施できるスタンプ
ラリーです詳細は松本市のホームページからご確認ください！

城東公民館文化祭の展示作品の募集

10月25日(土)に城東公民館文化祭を開催します
文化祭に展示いただける作品を募集します
展示作品がある方はご連絡ください
【内容】 皆さんの手作り作品等ジャンルは問いません
【締切り】 10月17日(金)

楽しいモルック 10月10日(金)午前9:30～



モルック？ 初めて聞いたよと言う人！
先月体験会に来て楽しかったよ！
地区の大会で優勝しちゃったけど こればかりは運
だよね！と話す人！皆それぞれ楽しんでいます
若い世代にはとても素直になれますよ **来てね**

すくすくキッズ 10月17日(金)午前10:30～



運動出来る支度で来てくださいね♪
おやつ出ます！動いてお腹すかせて午後はお昼寝！は
スタッフのおばあちゃん達だよ～ 一緒に遊ぼ♪

浪漫茶房 10月21日(火)午後1:30～

☆☆☆豆腐ティラミス☆☆☆

低カロリーで舌の上でツルンと
溶けそう！レシピの問い合わせ
が多いデザートです！
作るのが面倒な方は是非浪漫茶房
においでください
一年に一度だけ作ります



街中さんぽ 10月29日(水)午前9:00～

…城東の史跡をめぐり 女鳥羽川の緑地を歩こう…

城東地区ウォーキングマップを手に
地区内の史跡巡りをしませんか？
みんなで歩くといつもの散歩コースも
楽しくなります。憩いの場となる緑地帯の
変化も観察しながら楽しく歩きましょう！

