

今井地区福祉 ひろばだより 10月

今井地区福祉ひろば推進協議会

令和7年11月1日 第295号 認定符号 松本市広報 R7-4

今井地区福祉ひろば TEL・FAX 50 - 3188

10月・11月はイベントが盛りだくさん！ご参加お待ちしております♪



ふれあい健康教室 「ティッシュケース作り」

日時：10月9日(木) 9:30～

場所：今井公民館東館2F

今月は工作！クリアファイルを使ったポケットティッシュケースを作ります。簡単でかわいく作れますのでぜひご参加ください！

来月の文化祭にも展示予定です♪

出張販売inふれ健

時間：11:00～12:00

場所：今井公民館談話室

ふれ健に参加されなくてもお買い物だけでも大歓迎です！ぜひお気軽にお越しください。

・森のこびと

お弁当…500円 パン…120円～

お菓子（琥珀糖、焼菓子等）…100円～

レコード鑑賞会

日時：10月17日(金) 13:30～

テーマ：「秋」



大好評のレコード鑑賞会、今月も開催します！日々の仕事、農作業の休憩にいかがですか？

もちろんレコードの持ち込みも大歓迎！聴きたい秋の曲があるレコードをお持ちの方は

ぜひどうぞ！ 今回も飲み物とお菓子を用意していますのでゆっくりお過ごしください。

てづくりの日 -多肉植物の寄せ植え-

日時：10月29日(水) 13:30～

参加費：100円 定員：10名程度

持ち物：ハサミ、あればピンセット

講師：西村千代美さん(今井地域づくりセンター職員)

申し込み締切：10月20日(月)

多肉植物の寄せ植えをしてみませんか？ 小ぶりの鉢と小さな多肉植物を使うので、ころんとしたかわいい鉢植えができます！

お申し込みお待ちしております！



中面もぜひご覧ください！



児童センターウォーキング

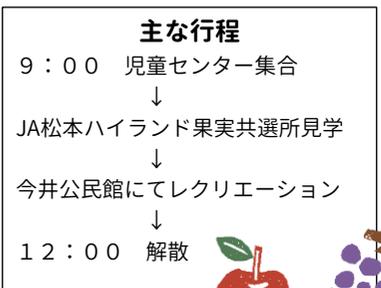
日時：10月11日(土) 9:00～

持ち物：飲み物、歩きやすい靴・服装

申込締切：10月6日(木)

10月は市民歩こう月間!

子どもも大人も一緒に秋の今井を歩きませんか?
今年は共選所の見学もありますので
興味のある方はぜひお申し込みください!



ひろばまつり

今井地区文化祭と同日・同時間で福祉ひろばでも開催します!

日時：11月2日(日) 8:50～

ひろばで活動しているサークルさんの作品やひろばの事業紹介を展示します。
葱坊主俳句会やふれあい健康教室で作った作品の他、
今井小学校5年生の俳句も展示します。ぜひひろばも見に来てください!



ボールで楽しむ日

日時：10月1日(水) 10:00～

持ち物：飲み物、あればバランスボール

バランスボールで体幹を鍛えましょう!!

リンパマッサージもやるのでからだかぼかぼかになります!



楽しく身体を動かす日

日時：10月16日(木) 28日(火) 10:00～

映像と音楽を使った体操や脳トレで適度な運動を楽しみましょう!

初めて参加される方にはタオルをプレゼント中!

タオルを使う体操にぜひ使ってください♪



ひろばで歌おう!

日時：10月23日(木) 10:00～

歌うことは健康にいいと言われています!

歌ってもよし、聴くだけでもよし!

お茶もありますのでぜひお気軽にどうぞ♪



ひろば喫茶

日時：10月24日(金) 13:00～16:00

コーヒー・紅茶(お菓子付き)…100円

お抹茶(お菓子付き)…300円

お菓子は毎月変わります!お楽しみに!



病室の窓に一輪蟬時雨

黒葡萄一粒味見罪深し

葱坊主俳句会

長月の句会より

上條信之

佐藤文子



昨年の展示の様子



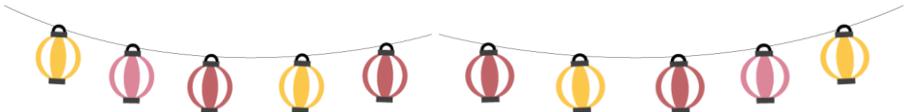
ひろばの蕎麦屋も開店します!

今年もやりますひろばの蕎麦屋!もりそば・かけそばを販売します。

皆さまぜひお越しください!!

(ひろば内のテーブルで蕎麦を食べることもできます)

今年も文化祭は楽しいことが目白押し! 展示や発表、出店はもちろん
夏に募集した今井のキャラクター投票、今井の父ちゃん体操の完成お披露目も
ありますので11月2日はぜひ今井公民館へいらしてください!



10月のひろばの予定



ご利用の皆様へ
 ・ひろばを長時間利用する場合（サークル・事業への参加）は正面の
 駐車場ではなく、なるべく体育館側の駐車場へお願いいたします。

日	曜日	午 前	午 後	夜
1	水	ボールで楽しむ日（10：00）		
2	木			
3	金			
4	土			
5	日			
6	月			
7	火			スポーツボイス（18：30）
8	水	今井を学ぶ会（9：30）		
9	木	ふれあい健康教室<東館2F>（9：30）		
10	金		ふきぼこの会（13：00）	歌留多の会（19：00）
11	土	児童センターウォーキング		
12	日			
13	月			
14	火	俳句の会（9：30）		スポーツボイス（18：30）
15	水			
16	木	楽しく身体を動かす日（10：00）	プアメリア（14：00）	
17	金		レコード鑑賞会（13：30）	
18	土			
19	日	いまいスポーツ健康フェスティバル		
20	月		職員連絡会（15：30）	
21	火		ふきぼこの会（13：00）	スポーツボイス（18：30）
22	水	今井を学ぶ会（9：30）		
23	木	ひろばで歌おう！（10：00）		
24	金		ひろば喫茶（13：00）	
25	土			
26	日			
27	月			
28	火	楽しく身体を動かす日（10：00）		スポーツボイス（18：30）
29	水		てづくりの日（13：30）	
30	木			プアメリア（19：30）
31	金			

11月上旬の予定 2日（日）今井地区文化祭 5日（水）ボールで楽しむ日



漢字クイズ

2ヶ月連続漢字クイズ！今回は同音異義語です。答えをひろばまで持ってきていただくと粗品をプレゼント！
 間違っても大丈夫です、ぜひ挑戦してみてください♪

① はんめん

反対側の面

面の半分

② でんき

エネルギーの形態

電気製品の総称

③ じてん

言葉の意味・用例などを説明した書物

自分で回転すること

④ かんしょう

芸術作品などを味わい理解する

見て楽しむこと