

松原地区公民館だより



お問い合わせ 松本市松原地区公民館 TEL 57-2322 FAX 85-3103 ホームページはこちらから→

松本市地球温暖化防止市民ネットワーク、環境・地域エネルギー課、松原地区公民館

デジタル地球儀「スフィア」で地球環境を体験しよう！

～環境防災講座 異常気象と地域の気象災害を考える～

近年騒がれている異常気象や気象災害について、地域の気象予報士からのお話といろいろな実験を体験して楽しみながら学びましょう！

◇ 日 時 令和7年11月15日(土) 13:00～16:30

13:00～14:00 講話

14:00～16:30 デジタル地球儀などの体験

◇ 講 師 講話：宮澤 信 氏(気象予報士)

体験：松本市地球温暖化防止市民ネットワーク(エコネットまつもと)

◇ 対 象 子どもから大人までどなたでも！

◇ 申込み 11月14日(金)までに松原地区公民館へ(当日飛び込み参加もOK！)

※当日参加も可ですが資料準備の都合上、事前申込みをお願いします。

◇ 参加費 無料

◇ その他 保護者の方もぜひご参加ください！

当日駐車場はありませんので徒歩でお越し下さい。



↑ネット申込は
こちらから

いろいろな実験の体験コーナーで楽しみながら学ぼう！



ボランティア団体スタート、松原地区生活支援員

まつばら食堂のお知らせ (70歳以上の方対象)

一人で食事をされている方、地域の方と食事をしたい方など、食事と会話を楽しみにいらっしゃいませんか？ 申込み人数が定員に達した場合は、独居の方・高齢の方を優先します。

◇ 次回の開店日 12月4日(木) 11:30開店(13:00まで)

◇ 場所など 町内公民館で、限定15食(お一人300円)

◇ 申込み 11月17日～25日までに、地区生活支援員の水崎へ(070-8684-8039)



【裏面もご覧ください →】

松原料理講習会 ～フレイル予防（簡単料理で健康に！）～

松原地区の食改さん、参加者のみなさんと気楽に料理・食事を楽しみながら、簡単料理でたんぱく質を摂れる健康メニューを作ります！今回のメニューは、「減塩麺とさばみそ煮缶の焼うどん」「人参とレモンのサラダ」「納豆大入り袋（油揚げに納豆やしらすなどが入って焼きます！おつまみにもぴったり）」の予定です。デザートは中国発祥スイーツの豆花（トウファ）です♪

- ◇ 日 時 11月27日(木)10:00～13:00
- ◇ 会 場 松原地区公民館
- ◇ 参加費 400円
- ◇ 定 員 15名
- ◇ 持ち物 エプロン、三角巾、マスク、ハンカチ
- ◇ 申込み 11月14日（金）17:00まで ※先着順



松原地区子ども会育成会、松原地区育成サポート会（仮称）、松原地区公民館

正月飾り作り体験会

地域の先輩に教わりながら、ミニ正月飾りを作ります！子どもから大人までみんなで楽しく日本の伝統文化に触れ、手作りの正月飾りで新年を迎えましょう！

- ◇ 日 時 12月13日(土) 10:00～12:00
- ◇ 会 場 松原地区公民館
- ◇ 対 象 松原地区にお住まいの方
- ◇ 参加費 無料
- ◇ 定 員 30名程度
- ◇ 持ち物 持ち帰り用袋、エプロン（または汚れてもいい服装）、ハサミ、飾りつけしたいもの（折り紙など）
- ◇ 申込み 12月5日（金）までに松原地区公民館（57-2322）へ
※材料準備の都合上、必ずお申込みください。



↑ネット申込はこちらから

PC・スマホの使い方相談

町会役員で書類作成のお困りの方や、PC・スマホ等の使用でお困りの方は、些細な疑問点などでも気軽にご相談ください。

- ◇ 日 時 随時
- ◇ 場 所 松原地区公民館
申込不要ですが、公民館職員が不在の場合もございますので、事前にご連絡ください。



11月のラジオ体操

週に2回、中央公園でラジオ体操をしています。申込不要ですので、初めての方もお気軽にお越しください♪

- ◇ 日 時 午前9時30分から10分程度
《月曜日》10,17日
《木曜日》6,13,20,27日
- ◇ 場 所 松原中央公園
- ◇ その他 雨天中止



【表面もご覧ください →】