

今井地区福祉ひろばだより

1月

今井地区福祉ひろば推進協議会

令和8年1月1日 第298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

あけましておめでとうございます！2026年は色々なことが“ウマ”くいくような年になりますように♪



ふれあい健康教室

「新年おめでたいでショー」

出演 モナ・ジャミーラ(塩尻)

日時：1月8日（木）9:30～

場所：今井公民館東館2階

今月のふれ健はモナ・ジャミーラさんたちをお招きし、華やかに「ベリーダンス」です！

新年の始まりはふれ健で！ぜひご参加ください♪



出張販売inふれ健

時間：11:00～12:00

場所：今井公民館エレベーター前

出張販売のみも大丈夫！お昼にあわせて
お弁当はいかがですか？

・森のこびと

お弁当…500円 パン…120円～

お菓子（焼菓子など）…100円～

出張ふれ健 南耕地…27日(水) 町会の公民館におじゃまします！

てづくりの日 -つまみ細工-

日 時：1月 29 日（木）13:30～

参加費：300円(2種類程作れます) 定 員：12名程

持ち物：できればストレートピンセット

講 師：木次由美子先生（神林）

申し込み締切：1月21日（水）

ころんとかわいいお花をつまみ細工で作ってみませんか？

初めてでも大丈夫！先生が教えてください♪

お申込みお待ちしております！



お申込みは「1月7日(水)」からお願ひいたします

レコード鑑賞会

日 時：1月 26 日（月）13:30～

今月もDJ武居が担当します♪ 聴きたいレコードを持ってひろばへ集合！



子どもたちと一緒に遊びませんか？

地域の子どもたちと一緒に「コマ回し、坊主めくり、**今井小1年生「昔の遊び」13日(火)9:30～**
けん玉、福笑い」などで遊んでみませんか？
興味のある方は前日までにひろばへご連絡ください！



ご褒美は一令の酒勤労感謝の日

バス停の二列に並ぶ寒さかな

葱坊主俳句会（師走の句会より）

田中悦郎

中垣のりお

1月のひろばの予定



ご利用の皆様へ
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。
（サークル・事業への参加）は正面の

日曜日	午前	午後	夜
1 木			
2 金		あけましておめでとうございます 2026年もひろばをよろしくお願ひします！	
3 土			
4 日			
5 月			
6 火			スポーツボイス（18:30）
7 水	ボールで楽しむ日（10:00）		
8 木	ふれあい健康教室（9:30）		
9 金		ふきぼこの会（13:00）	歌留多の会（19:00）
10 土			
11 日			
12 月			
13 火	俳句の会（9:30） 今井小1年生交流（9:30）		
14 水	今井を学ぶ会（9:30）		
15 木	プアメリア（11:00）	松養中2交流（13:20）	
16 金	楽しく身体を動かす日（10:00）	今井小3年生交流（13:45）	
17 土			
18 日			
19 月		職員連絡会（15:00）	
20 火		ふきぼこの会（13:00）	スポーツボイス（18:30）
21 水	いきいき健康ひろば（9:30）	ひろばで歌おう（13:00）	
22 木	楽しく身体を動かす日（10:00）		
23 金		ひろば喫茶（13:00）	
24 土			
25 日			
26 月		レコード鑑賞会（13:30）	
27 火		出張ふれ健（南耕地）（13:30）	
28 水	今井を学ぶ会（9:30）		
29 木		てづくりの日（13:30）	
30 金			
31 土			

毎月のイベント

ボールで楽しむ日

日時：1月7日(水) 2月4日(水) 10:00～

持ち物：飲み物、あればバランスボール
楽しく体幹を鍛えましょう！



ひろば喫茶

日時：1月23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



楽しく身体を動かす日

日時：1月16日(金) 22日(木) 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！

ひろばで歌おう！

日時：1月21日（水）13:30～

歌っても聴いても！好きな歌を楽しみましょう♪
※歌い方の指導などはありません