

城東公民館・城東地区福祉ひろば事業予定表

2026 1月

令和8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(木)			今年もよろしく よ願いします	
2(金)				
3(土)				
4(日)				
5(月)	ひ 9:30	みんな元気会	ひ 1:00	編む編夢ニットの会
6(火)	ひ 9:30	ふれあい健康教室	ひ 1:30	民生児童委員協議会
7(水)	ひ 9:30	出張ふれ健(和泉1)		
8(木)	ひ 9:30	出張ふれ健(岡の宮)	ひ 1:00	広報部会
9(金)	ひ 9:30	楽しいモルック	ひ 1:30	スポーツ吹き矢
10(土)	公 10:00	育成会:まゆだまづくり		
11(日)				
12(月)		成人の日		
13(火)	ひ 9:30 9:30	みんな元気会 出張ふれ健(元町北)	ひ 1:30	にこにこフラダンス
14(水)	ひ 9:30	ひまわりの時間	ひ 1:00	手仕事の日(手芸)
15(木)	ひ 9:30	男の健康体操教室	ひ 1:30	パズル道場
16(金)	ひ 10:30	すくすくキッズ	ひ 1:00 1:30	ひろば三役会 企画運営委員会 3:30広報部会
17(土)	公 9:00	町会対抗モルック大会		
18(日)	公 10:00	本格カレーを作ろう		
19(月)	ひ 9:30 9:00	みんな元気会 広報部会	ひ 1:00 4:00	編む編夢ニットの会 町長会
20(火)		準備	ひ 1:30	浪漫茶房
21(水)	ひ 9:30	出張ふれ健(元町中)		
22(木)	ひ 9:30	手仕事の日(手芸)	ひ 1:30	にこにこフラダンス
23(金)	ひ 9:30	体力づくりサポーター集会	ひ 1:30	スポーツ吹き矢
24(土)				
25(日)				
26(月)	ひ 9:30	みんな元気会	広報配布日	ひ 1:00 民生運営委員会
27(火)	ひ 9:30	城東シネマ		
28(水)				
29(木)	ひ 9:30	街中さんぽ		
30(金)	ひ 9:30	手仕事の日(フライパン)		
31(土)				

来月の『ふれあい健康教室』は2月3日(火)です

ひまわりの時間は1月14日(水)です 布切りと新年会をします(ハサミ持参してください)

本年も様々な事業で皆様のお越しをお待ちしています



云雪流

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

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**で表示をしています

やしようまづくり

2月15日(日) 午前10:00~

【場所】 城東公民館
主催:育成会・三世代交流部会

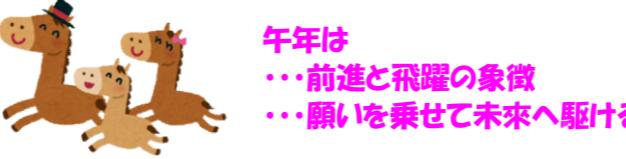
ふれあい健康教室 新春落語

1月6日(火) 午前9:30~



...あおぼし亭よし吉...
中田芳典さんをお招きします。
『蒼生バンド』のリーダーでありドラマーの中田さんの作詞はとても心惹かれるものがあります。精力的な音楽活動をされているほかに、前向きに取り組み始めた落語も披露してくださいます。今回は新春落語会としてお声を聴かせていただきます

お楽しみに♪



すくすくキッズ 1月16日(金) 午前10:30~

…保健師さん栄養士さんのお話…

『赤ちゃん体操』『親子遊び』などお子様と楽しめるスキンシップや子育てワンポイントを保健師さんから！幼児食やおやつについては栄養士さんから！子育ての悩みも抱え込まないで相談してください

※スタッフ手作りのおやつが出来ます
※お子様の飲み物は持参してください

城東シネマ 1月27日(火) 午前9:30~

最高の人生の見つけ方

一度きりの人生なら、華々しく生きようじゃないか

大金持ちの豪腕実業家と勤勉実直な自動車修理工。接点のない二人が癌病棟の一室で出会った。余命宣告された時、彼らが作ったものは、棺おけリスト。二人は生涯最後の冒険旅行に出かける。男の人生と友情を優しく描いた感動のヒューマンドラマ！感動の物語！

お楽しみに！
出演: ジャックニコルソン モーガンフリーマン
上映時間: 1時間30分 日本語吹き替え版

「本格カレーを作ろう」

本格的なインドカレーを作って食べましょう。

講師のアシシュ・シルプカーさんは、はしご横丁(下横田町)でインド料理店を営んでいます。お店で人気メニューのキーマ・カレーを作ります
プレートにカレーとインド米とヨーグルト等を盛り付けます

【日時】 1月18日(日) 10時から13時(受付 9時30分から)

【場所】 城東公民館 料理実習室

【講師】 アシシュ・シルプカーさん (D o o n 食堂 印度山)

【参加費】 2,000円(材料費)

【定員】 20人(先着)

【持ち物】 エプロン・三角巾・マスク・

お持ち帰り用容器(食べきれない場合用)

【申込み】 1月13日(火)までに、城東公民館へ

【主催】 城東公民館

浪漫に行か
♡



ここにバターが入っています



浪漫茶房 1月20日(火) 午後1:30~3:30

あんバターどら焼き

人気のどら焼きです！浪漫茶房のお菓子は甘さ控えめに作っていますが、血糖値の高い方も月に一度は自分にご褒美で、ご賞味ください♪
日頃のご無沙汰解消に、お誘いあわせて

♥浪漫茶房で逢いましょう♥

街中さんぽ 1月29日(木) 午前9:30集合

松本市内へ繰り出そう！

寒いから集合時間は9:30に！

悪天候の場合は中止です

はかり資料館に寄ってみたいのです

「測る」「計る」「量る」道具と、

その関連資料約1,300点を収蔵しています

みんなで一緒に歩くと街中も新鮮に見えてきますよ！

松本は美しい街です♪



手仕事の日(フライパン)

1月30日(金) 午前9:30~



フライパンでちぎりパンを作ってみませんか？
プレーンやチーズパンやいろいろ工夫しながら簡単なパンに挑戦してみましょう！はたしてどうなるか？パンにあうスープを添えて♪
申込みは 39-0168まで

ふれあい健康教室 2月3日(火) 午前9:30~

音楽演奏会 やまぼうし

1970年代にはカラーテレビが普及しポップスや歌謡曲の黄金時代が到来し数々のヒット曲が生まれました

グループサウンズやフォークソングの流行♪

そんなころの曲に癒されます 一緒に歌いましょう