

白板地区だより 2月号

1P 協議会から
2P 公民館から
3P 福祉ひろばから
4P 行事カレンダー

発行：白板地区住みよい町づくり協議会 <通算第90号>

発行日：令和8年2月1日

事務局：白板地区地域づくりセンター 〒390-0875 松本市城西 1-6-17-3 白板地区公民館内 電話 35-7740



白板地区住みよい町づくり協議会（通称：住み協）の重点目標は

「白板地区をつなぐ！顔の見える関係づくり」です。

住み協は、住民がお互いに助け合い、安心して、いきいきと暮らすことのできる白板地区をめざし、地区内の団体・組織が連携して、様々な課題解決に向けて活動しています。

防災隊、すこやか隊（高齢者支援）、つながり隊（子供・広報・交流）の3つの部会があります。

住み協 各部会及び全体会の開催 防災隊主催の視察研修の実施

白板地区公民館で12月15日（月）、住み協の各部会及び全体会を開催し、今年度の取り組みと来年度に向けた事業の検討を行いました。

「防災隊」では、11月に避難所運営委員会と合同で避難所開設・運営マニュアルの勉強会を開催し、1月24日（土）に防災隊部会主催で、山梨県立防災安全センターを視察、住み協委員約30人が参加し、来るべき大地震に向けて研修を行いました。

「つながり隊」では、子ども会育成会主催の「やきいも大会」をはじめ、丸ノ内スポーツクラブと共催の「公民館に泊まろう！」や「クリスマス会」等の取り組みを報告しました。

「すこやか隊」では、100円カフェの利用状況や買い物支援アンケートの結果等の報告と、今後の活動として男性向け講座を重点的に取り組むことを報告しました。



▲避難所運営委員会との合同勉強会

3月1日(日)午後1時30分～♪楽団【ケ・セラ】コンサートを開催します！

会場 白板地区公民館 大会議室 ※駐車場が狭隘のため、車でのお越しはご遠慮ください。

定員 50名(先着順) 入場無料

申込 白板地区福祉ひろば(電話 33-4168)またはこちらの二次元コードから→
※受付期間 2月6日(金)～2月20日(金)



～ 楽団【ケ・セラ】のご紹介 ～

松本市を拠点に、障がいを持つ若者たちが音楽活動を通じて、社会的自立を目指し、『音楽でメシを食う』を目標に結成された楽団です。

「音楽でメシを食う」を目標に掲げ、キーボードやギターなど様々な楽器を使い、J-POP からクラシックまで幅広いジャンルの演奏を仕事(生業)としています。演奏会での収入は利用者の工賃となり、地域での交流を通じてノーマライゼーション(障がいの有無に関わらず共に生きる社会)の実現に貢献することを目指しています。



主催：白板地区福祉ひろば事業推進協議会

白板地区住みよい町づくり協議会【すこやか隊】

公民館からのお知らせ

白板地区公民館

☎ 35-7740

FAX 36-5497

shiraita-k@city.matsumoto.lg.jp

講座案内

令和8年2月3月

- ◎ 諸事情によりイベント・講座を予告なく延期または中止する場合があります
- ◎ 本紙は松本市公式ホームページからもご覧になれます。「白板地区だより」で検索！
- ◎ お問い合わせは上記連絡先へ



宿場町さんぽ 妻籠編

忙しい日常から少し離れて、妻籠の魅力を一緒に味わいませんか？

日時 3月4日(水)

午前8時30分～午後5時頃まで

行き先 中山道 妻籠宿

定員 28名※定員を超過した場合は抽選となります。

申込み 2月9日(月) 午前9時～

2月17日(火) 午後3時まで

下記二次元コード、窓口

または電話 (35-7740)

参加費 1,700円(駐車場代・昼食代)

※人数により変動します。

文化委員会主催 ひなまつり会

丸ノ内中学校吹奏楽部の演奏を聴いて、食改さん(食生活改善推進協議会)の作る伝統料理に舌鼓を打ち、楽しい時間を過ごしましょう♪

日時 3月7日(土)

午前10時30分～午後1時頃まで

定員 10名※定員を超過した場合は抽選となります。

申込み 2月9日(月) 午前9時～

2月17日(火) 午後3時まで

下記二次元コード、窓口

または電話 (35-7740)

参加費 無料



行こう！飯山！！

～人形に出会う飯山旅～

それぞれの表情や仕草に、作者の温もりが宿る人形たちを見学して、懐かしい記憶にそっと心を委ねる時間を過ごしませんか？

昔懐かしの紙すき体験も行います！！

日時 3月12日(木)

午前8時30分～午後5時頃まで

行き先 高橋まゆみ人形館

飯山手すき和紙体験工房

定員 19名

※定員を超過した場合は抽選となります。

申込み 2月16日(月) 午前9時～

2月26日(木) 午後3時まで

下記二次元コード、窓口

または電話 (35-7740)

参加費 1,200円

※人数により変動します。

今年もやります！ ひな人形展示

今年も公民館で所蔵しているひな人形を展示します。ぜひご来館ください！

展示期間：2月24日(火)～4月3日(金)まで



今月の「スマホ」なんでも相談

日時 2月18日(水) 午前10時～12時

場所 白板地区公民館

申込み 窓口または電話 (35-7740) で予約をお願いします。

※予約が無くても対応可能ですが、お待ちいただくことがあります。



講座申込みはこちらから！

※各講座1申込みで2名まで同時に申込みが可能です

図書視聴覚委員会から 図書の入替えを行います

お手元に貸出中の本がございましたら、返却をお願いします。返却期限:3月2日(月)
※新しい図書の貸出は3月9日(月)からです。

福祉ひろばから...

(No.307) 白板地区福祉ひろば事業推進協議会

白板地区福祉ひろば

電話・FAX 33-4168

100えんカフェ

★午後は雑巾づくりのため、午前中みの開催です。★100円（セルフサービス）でドリンクバー＆お菓子を利用できます。

2月12日(木) 午前10時～12時

つむぎちゃん劇団が来館！！
～ 新田レイラさんの優雅な生活 ～

だれもがなりうる可能性のある認知症。地域のかかわり方を一緒に考える機会にしませんか。



2月26日(木) 午前10時～12時

男人（おとな）のカフェ
西山知花先生のストレッチ

前回大好評！皆さんで体を動かし
楽しい時間を過ごしましょう。
持ち物：タオル・飲み物



ふれあい健康教室

2月20日(金) 午前10時～午前11時30分頃

明治安田生命

最終糖化物質・骨メイト(骨密度)測定会

測定会のほか、保健師さんの健康相談と軽い体操
もあります。

持ち物：タオル・飲み物

ほっとタイム ひろば1日開放日

2月6日(金) 午前10時～午後3時

読書や手芸 好きなことをして

お過ごしください。



雑巾づくり(1月～3月)

2月12日(木)・26日(木)午後1時30分～午後3時

児童園に寄付する雑巾をつくります。

雑巾用 タオル募集

ご自宅にある要らないタオルをご寄付ください。



健康サロン

時間：午前9時30分～

持ち物：タオル・飲み物

3日・17日(火)・・・いきいき百歳体操

9日(月)・・・ひざ痛・転倒予防体操

9日は城西病院のインストラクターが来館します

※23日(月)は天皇誕生日のため、お休みです

小さなお花アレンジ

令和8年4月まで申込みが必要です

2月18日(水) 午前9時30分～

定員 12名 程度

有料でお花の準備をします。(毎回千円程度)

参加希望の方は福祉ひろばへ電話でお申込みください。

締切 2月12日(木) 正午



開催予告 楽団ケ・セラ コンサート

3月1日(日)午後1時30分～

会場 白板地区公民館 大会議室

定員 50名(先着順)お申込みは白板福祉ひろば

電話 33-4168 ★受付期間2月6日(金)～2月20日(金)

詳しくは白板地区だより1ページをご確認ください。



ひろば 掲示板

★ ハンドベル 2月もお休みです。

★ 3月の小さなお花アレンジ 3月11日(水)開催

申込み締切り3月4日(水)正午

子育て支援事業(0～3歳児対象)

ハッピーキッズ

詳しくは
回覧をご覧ください

みんな集まれ

自由に遊ぼう～栄養士相談あります～

日時 2月25日(水)午前10時～



★引き続き、感染症予防に努めながらひろば事業を進めていきます。ご不明な点は福祉ひろばまでお問い合わせください。

【行事カレンダー】 2月 白 板 地 区 の 主 な 予 定

日	曜日	福祉ひろばでの事業・活動	時間	公民館、地域の事業・活動	時間
1	日				
2	月				
3	火	健康サロン（百歳体操） 囲碁・将棋・マージャンの日	9:30 13:30		
4	水	民生委員児童委員協議会 絵てがみ	9:30 13:30	【公】ラジオ体操	9:00
5	木	大人のぬり絵	9:30		
6	金	ほっとタイム（ひろば1日開放日）	10:00		
7	土				
8	日				
9	月	健康サロン（ひざ痛・転倒予防体操）城西病院インストラクター来館 福々会（ハーモニカ）	9:30 13:30		
10	火	うたごえひろば 囲碁・将棋・マージャンの日	9:30 13:30	健康クラブ（宮渚新橋）	10:00
11	水	（建国記念の日）		（建国記念の日）	
12	木	100えんカフェ 雑巾づくり	10:00 13:30		
13	金	お習字の基礎 いきいき健康ひろば（JTRC）	9:30 13:30	ふれあい会（折井町） 【公】暮らしの花講座	10:00 13:30
14	土			出前ふれあい健康教室（蟻ヶ崎西）	
15	日				
16	月	絵てがみ	10:00	【公】岳都講座	13:30
17	火	健康サロン（百歳体操） 囲碁・将棋・マージャンの日	9:30 13:30		
18	水	小さなお花アレンジ きり絵	9:30 13:30	【公】ラジオ体操 【公】スマホなんでも相談 【他】カフェ凸凹	9:00 10:00 10:00
19	木	（職員会15:15～職員不在）			
20	金	ふれあい健康教室	10:00		
21	土			【他】誰でも食堂じょうねんすとリーと 【他】凸凹居酒屋	11:30 15:00
22	日				
23	月	（天皇誕生日）		（天皇誕生日）	
24	火	うたごえひろば 囲碁・将棋・マージャンの日	9:30 13:30	【公】ひな人形展示開始（～4月3日まで）	
25	水	ハッピーキッズ	10:00	【公】ラジオ体操	9:00
26	木	100えんカフェ 雑巾づくり	10:00 13:30	【公】須坂探訪 ～ひな人形を訪ねて～	8:30
27	金	にこにこ会（清拭布づくり） 体サポ地区研修会	9:30 13:30	【公】健康吹き矢講座	14:00
28	土				

【公】＝白板地区公民館主催
 【町】＝白板地区町会連合会主催
 【ス】＝白板地区スポーツ協会主催
 【育】＝白板地区子ども会育成会主催
 【他】＝その他
 【 】なし＝白板地区福祉ひろば主催

3月

1	日	楽団【ケ・セラ】コンサート	13:30		
2	月	ハンドベル		図書返却期限	17:00
3	火	健康サロン（百歳体操）／囲碁・将棋・マージャンの日			
4	水	民生委員・児童委員協議会定例会／絵てがみ		宿場町さんぽ 妻籠編	8:30
5	木	大人のぬり絵			