



安原地区だより

松本市広報 R7-7

第 007号

R8年3月1日

発行元 安原地区地域づくりセンター・公民館、安原地区福祉ひろば事業推進協議会 住所〒390-0802 松本市旭 2-11-13

連絡先 <公民館・地域づくりセンター Tel 39-0701> <福祉ひろば Tel 33-0168> <共通 FAX 39-0702>

消防団PR動画のご紹介

～松本市消防団第1分団と消防団支援隊～

主に安原地区を管轄する

松本市消防団第1分団。

団員は各々仕事をしつつ、



火災発生等の際は詰所に駆けつけ、消防車両で現場に急行します。消防団員は日頃どのような活動をしているのか、訓練では何をしているのか。そして新設された消防団支援隊とは。動画視聴を通じて消防団の活動にご理解ご協力をお願いします。

【主な見どころ】

消防団の紹介/毎月15日は市民防火の日/

第1分団による火災予防広報/団員インタビュー

/消防署と消防団の違いって何?/

消防団支援隊と子どもたち/

1月26日は文化財防火デー:

松本城での消火訓練

動画視聴はこちらのQRコード→

Youtube タイトルは、

<国宝・松本城から出火!? 出動!ライチョウ消防団!>



【バス視察研修】

長野県最南端 ^{ネバーランド} ^{たび} 根羽村の旅 ～雛の吊るし飾りを見に行こう～



根羽村の「森の駅ネバーランド」には、
2,000体の「雛の吊るし飾り」が展示されて
います。おめでたい願い飾りの下を潜ると、

**厄が払われ、
幸せが訪れるとか。**

皆さまのご参加を
お待ちしております。



日時 **3月18日(水)**

集合場所 安原地区公民館(7:50集合)

訪問先 森の駅ネバーランド

(8:00出発、16:30公民館 着)

参加費 500円 (お昼は自由昼食です)

定員 22名 ※要申込

受付期間 3/9(月)～(平日9:00～17:00)

ふれあい健康教室 **3月17日(火)13:30～**

～春色につつまれる～

「ソプラノコンサート」

出演 **室賀さえりさん**

会場 安原地区公民館 2階大会議室

※ 定刻に始まります 途中入室はお控えください
保健師に健康相談ができます



ウォーキング

3月2日(月) 10:00~

「まよめの会」

美穂先生の楽しいストレッチの後
ひろばで美味しいカレーをいただきます



床暖房は乾燥しますので、
飲み物をお持ちください



安原コーヒー講座

3月6日(金) 9:30~

コーヒー豆の焙煎からドリップまで
こだわりの一杯を楽しみます



定員10名 参加費700円 エプロン
申込は2月27日(金)まで
福祉ひろば 33-0168
指導/ 天白琥珀会



子育ての集い

3月24日(火) 10:30~

「おおきくなったね」

足裏はんこで色紙を作ります
汚れてもよい服装でご参加ください
保健師に育児相談ができます



カフェ「あさば野」

3月13日(金) 11時オープンです

さくら餅と
安原焙煎コーヒーで150円です
「介護相談は13時半~15時まで」
対応/ 中央北包括支援センター



わいわいモルック

3月6日(金) 13:30~

〈ひろばで鍛えて交流しましょう!〉

「体操」 3月9日(月) 13:30~

・エルダーを使った比較的やさしい運動です

「男のストレッチ講座」 3月12日(木) 13:30~

・日本スポーツ協会公認トレーナーによる
男性だけのストレッチ講座です



「リズムで脳のストレッチ♪」

3月16日(月) 10:00~

・健康運動指導士による脳トレとリズム体操です



「ピンキラ安原」 3月25日(水) 9:30~

・エルダーを使ってしっかり筋力アップ!
日頃の健康マイブームを教え合います

「ひろばで小さな個展」

3月は 書 を展示します



ひろばで見つけた宝物



ひろばにいらしたMさん、色鉛筆を走らせながら、「最近ね、離れて暮らす子どもに安否確認を兼ねて、一日一句俳句を送ってるの」「おおーっ!返事もやっぱり俳句で?」「△マークが多いけれど、今日は遅かったね、なんて返信が来るとやっぱり気にかけているんだなって」…ほっこり素敵なお話でした

いきいき百歳体操 毎週水曜日 9:30~
3月は 4日・11日・18日・25日です

パソコン教室(第48回)

普段使っているパソコンの基本操作から Word や Excel の使い方等、毎回講座の内容を変えて学んでいきます。

日時 **3月 10日(火)13:30~**
24日(火)13:30~

場所 安原地区公民館 視聴覚室

内容 Word 基本操作

~文書入力と見栄え2~

講師 山川 豊 先生

参加費 無料

持ち物 あればご自身のパソコン

※お申込み不要。お気軽にお越しください



男のストレッチ講座

筋肉を伸ばす“ストレッチ”と筋肉を鍛える“トレーニング”を自分のペースでやってみましょう

日時 **3月 12日(木)13:30**

場所 安原地区福祉ひろば

講師 すがの鍼灸整骨院

高橋 達也 先生



笑顔で「おはよう！」

旭町小・中学校あいさつ運動

今年度最後と新年度最初のあいさつ運動のお知らせです。

児童・生徒が年度末を気持ちよく締めくくり、また新年度を決意新たに始められるよう、皆様のご参加をお願いします。

この運動は学校と地域が協力して子供を育てるコミュニティスクールの一環です。

現在、運動にご参加頂ける住民ボランティアさんを募集しております。

**ボランティアに参加ご希望の方は
安原地区公民館までご連絡ください**

○旭町小学校(場所:小学校西門前)

3月13日(金) 7:30~

4月 8日(水) 7:30~



○旭町中学校(場所 中学校正門前)

3月17日(火) 7:45~

4月 8日(水) 7:45~



※小・中共に3月は終業式の日、4月は入学式の翌日に行います

あいさつ運動はどなたでも参加可能です。早起きが得意な方、子どもたちとふれあいたい方、お待ちしております。

安原地区に笑顔のあいさつを広めましょう。

お悩み解決!

スマホ使い方相談会

スマホで操作方法が分からない方、基本的な使い方について、個別相談に乗ります!

日時 **3月 18日(水)13:30~**

場所 安原地区公民館 視聴覚室

講師 天白琥珀会

参加費 無料

定員 5~6名程度 ※要申込

持ち物 ご自身のスマートフォン



※お申し込みについて

3/17(火)までに安原地区公民館までご連絡ください

(受付時間 平日9:00~17:00)

3/1~3/7

火災予防週間

要注意 寝たばこ・暖房器具の取り扱い

公民館だよりや公民館情報は市公式HPで随時更新しています!

ご興味のある方は

安原地区公民館



で検索!



左のQRコードを読み取るだけで簡単にアクセスできます!

令和8年3月の安原地区公民館・福祉ひろばの予定

日	曜	福祉ひろば	公民館
1	日		
2	月	10:00～ウォーキング 13:30～詩吟	
3	火		
4	水	9:30～いきいき百歳体操 13:30～短歌	
5	木	9:30～手芸の時間	
6	金	9:30～安原コーヒー講座 13:30～わいわいモルック	
7	土		13:30～日本の古典芸能「講談」を聞こう
8	日		
9	月	13:30～体操	13:30～スローストレッチ教室
10	火	10:00～ヨガ教室	13:30～パソコン教室
11	水	9:30～いきいき百歳体操 13:15～歌声ひろば	9:30～お味噌づくり講座
12	木	10:00～カフェ準備 13:30～男のストレッチ講座	9:00～バス視察 駒ヶ根・岡谷探訪 (8:45公民館集合)
13	金	11:00～カフェ「あさば野」オープン	7:30～旭町小学校あいさつ運動 13:30～歴史研究会
14	土		
15	日		
16	月	10:00～リズムで脳の活性化♪ 13:30～詩吟	
17	火	9:30～ひろば企画会議 13:30～ふれあい健康教室「ソプラノコンサート」	7:45～旭町中学校あいさつ運動
18	水	9:30～いきいき百歳体操	13:30～スマホ使い方相談会
19	木	10:00～大人のぬり絵	
20	金	祝日(春分の日)	
21	土		
22	日		
23	月	10:00～ヨガ教室 ※体操はお休みです	13:30～スローストレッチ教室
24	火	10:30～子育ての集い「おおきくなったね」	13:30～パソコン教室
25	水	9:30～ピンキラ安原・いきいき百歳体操(視) 13:15～歌声ひろば	
26	木	館内清掃日	
27	金	10:00～ミュージックベル 13:30～安原井戸端・デジカメ百景	
28	土		
29	日		
30	月		
31	火		

☆しなの木教室パン販売
(原則、毎週木曜日11:50～)
3月5日が今年度最終

☆ふれっ手いなり寿司・鶏からあげ販売
(原則、第4金曜日11:30～)
3月27日(金)