

インスタ  
やってます



# 大手公民館・福祉ひろばだより 2026年6月号

発行 中央地区福祉ひろば事業推進協議会・大手公民館・地域づくりセンター

## 花植えほか有志募集！～まちを花いっぱい～

中央地区内にある施設等で花植えや除草作業を行います。  
松本城下を支える中央地区を皆で花いっぱいに彩りましょう！！

### その1 丸ノ内中学校 6月10日(水)

時間 8:35 正門前集合

8:45～9:35 生徒と一緒に除草作業

### その2 大手公民館前 6月16日(火)

時間 14:00～ 花抜き・花植え 15:30終了予定

### その3 城西花壇 6月18日(木)

時間 15:30～ 花抜き・花植え 16:30終了予定

丸ノ内中学校の皆さんも参加します！

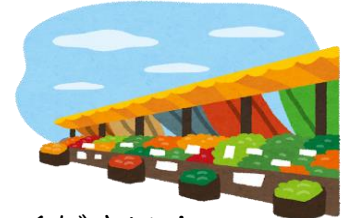


作業の出来る格好で現地集合願います ※移植ごては公民館で用意します  
その他 申し込み不要 小雨決行 お問い合わせ 大手公民館 39-5711



## 城南あさ市・ようこく朝市

新鮮な野菜や果物、卵、おやきなどを生産者が直接販売！  
無料お茶飲み処も開店します。皆さんお誘いあわせてお越しください！



・城南あさ市 毎月第2日曜 大手公民館駐車場  
6月14日(日) 8:30～

・ようこく朝市 毎月第4日曜 松本神社境内  
6月28日(日) 9:00～



今年も11月まで開催予定 売り切れ次第終了  
のぼり旗が目印です☆

主催：城南あさ市・ようこく朝市実行委員会  
協力：松本神社 中央地区地域づくりセンター

【お問い合わせ】 大手公民館 TEL39-5711 FAX39-5712 メール oote-k@city.matsumoto.lg.jp  
※掲載されている事業については、大手公民館が発行する広報誌、SNS等に掲載・公開するための写真及び動画を撮影する場合があります。あらかじめご承知おきいただいた上で、参加、お申込みいただきますようお願いいたします。

# 町内公民館長会「歴史文化研修講座」

地域の伝統文化である「大鹿歌舞伎」を主体にまちづくりを行っている大鹿村の文化財等を見学します

◆日時 令和8年7月6日(月) 8:00~16:30

※午前7時50分までに東洋計器大手門大型バス駐車場に集合

◆場所 大鹿村(大磧神社、市場神社、中央構造線博物館など)

◆参加費 2,000円(※昼食代、見学代など)

◆持ち物 参加費、熱中症・日よけ対策、雨具、歩きやすい服装

◆申込み 6月8日(月)から受付開始(TEL39-5711)

◆定員 15名(先着順・地区住民優先)

◆行程 8:00東洋計器大手門駐車場発 - 松本IC - 松川IC - 10:00大磧神社 -  
10:25中央構造線博物館 - 11:15市場神社・塩の里直売所 -  
12:40道の駅「南信州とよおか」(昼食) - 14:20元善光寺 -  
松川IC - 松本IC - 16:30東洋計器大手門駐車場着 解散予定

◆その他 昼食を注文する都合上、7/3以降のキャンセルは、キャンセル料をいただきます。

◆主催 大手公民館 町内公民館長会



東アジア文化都市2026 松本関連事業



東アジア文化都市2026松本  
Culture City of East Asia 2026 MATSUMOTO

~おうちで作ろう~

海鮮野菜チヂミと  
じゃがいもチヂミを作ろう

## 韓国料理教室



「東アジア文化都市2026松本」開催に合わせて、韓国の郷土料理「海鮮野菜チヂミ」と「じゃがいもチヂミ」を作ります!!当日の晩ごはんにしてもよし!「居酒屋公民館」に持ち込みもOK!アツアツのチヂミを食べながら異文化に触れてみましょう!!

日時: 6月19日(金) 15:30~17:30

講師: 金正玉さん(松本市多文化共生キーパーソン)

会場: 大手公民館 調理実習室

定員: 16名(先着・地区住民優先)

作るもの: 海鮮野菜チヂミ、じゃがいもチヂミ 参加費: 500円(材料代)

持ち物: エプロン、マスク、三角巾、タッパー ※お申込みは公民館まで(TEL:39-5711)



【お問い合わせ】大手公民館 TEL39-5711 FAX39-5712 メール oote-k@city.matsumoto.lg.jp  
※掲載されている事業については、大手公民館が発行する広報誌、SNS等に掲載・公開するための写真及び動画を撮影する場合があります。あらかじめご承知おきいただいた上で、参加、お申込みいただきますようお願いいたします。

# 福祉ひろばコーナー

2026年6月1日

福祉ひろば TEL 39-5168

<chuo@fukushihiroba.com>

No315

6月

雨に濡れた紫陽花がいっそう美しく映える季節となりました それと同時に蒸し暑さも気になります  
のどが渇くころには 水分が不足しているともいわれていますので 早めの水分補給をお心がけ下さい

## 《ふれあい健康教室》

6月18日(木) 午後1時30分~

### 「高齢者の熱中症対策」

講師：大塚製薬(株) ご担当者様  
暑くなるのが年々 早くなっています  
早めの対策を取りましょう

6月のお当番は

町会長：野村長司さん・中田充さん・平林親夫さん

ボランティア：出井久美子さん

民生委員：眞峰勝則さんです よろしくお願ひします

## <サロン・ひろば喫茶>

6月11日(木) 午後2時~4時

飲み物おかわり自由 100円(お菓子付)

〈お当番〉

久保田忠史さん 青木利光さん

よろしくお願ひします



## <中央っ子ひろば>

6月17日(水) 開放日です

お子様も大人の方もご利用可能です  
梅雨でお天気が悪くても、大丈夫  
公園代わりに遊びに来てくださいね♪

## <大人の寺子屋>

### 『国宝 旧開智学校校舎見学会』

6月19日(金) 午後1時30分 集合

2024年11月に、3年半にもおよぶ耐震  
工事などを終えた旧開智学校校舎。  
工事後の校舎の見学に行きませんか？

集合場所：大手公民館玄関前

定員：15組 (地区の方優先)

参加費：無料 (ガイド付)

申込締切：6月12日(金)

ひろばまで TEL39-5168



## 【クーリングシェルターのお知らせ】

夏にむかって ますます暑くなってくる事が予想されます 熱中症特別警戒情報が発表された場合 ひろばをクーリングシェルターとして開放します  
熱中症特別警戒情報が発表されていなくても ぶらっとひろば 縁側の日はもちろんサークル使用がない時間など ひろばに涼みに来てくださいね◎

## <スマホ相談会>

6月1日(月) 午前10時30分~

※申込不要

スマホの何がわからないのか、わからない…  
でも 大丈夫!!

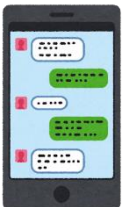
•LINE お友達登録 電話のかけ方 スタンプ アルバム

•Google 地図経路検索 キャッシュレス決済など

スマホに関する相談ならなんでもOK!!

時間内なら入退場自由です ご都合のよい時間にお越しください

※ 次回は 7月6日(月) です



# 2026年6月イベントカレンダー

※行事は変更になる場合があります。

月日	曜日	ひろば	公民館	地区行事他
6月1	月	10:30 スマホ相談会 13:00 楽碁会	8:00 上高地ウォーク 9:30 いきいき元気大学	
2	火	10:00 中央いきいき百歳体操の会 13:30 歌のひろば		
3	水	9:00 子育てひろば 13:30 健康ステップ		13:30 民児協定例会
4	木	10:00 中央地区地域活動推進協議会 13:00 お達者雀	10:00 中央地区地域活動推進協議会	10:00 中央地区地域活動推進協議会
5	金	10:00 折り紙講座 13:30 健康ひろば/室内ペタンク		
6	土			
7	日			
8	月	9:00 ぶらっとひろば 13:00 楽碁会	10:30 フラダンス講座	中央っ子見守り（衛生・安協）
9	火	10:00 中央いきいき百歳体操の会 13:30 歌のひろば		
10	水	13:30 健康ステップ	8:45 丸ノ内中学校除草作業(環境整備)	
11	木	14:00 サロン喫茶/お達者雀		
12	金	10:00 室内ペタンク 13:30 スポーツボイス/歌を楽しむ会		
13	土			
14	日	おしゃべりと歌を楽しむ会		6:00 早朝歩こう会 8:30 城南朝市
15	月	13:00 楽碁会	9:30 いきいき元気大学	
16	火	10:00 中央いきいき百歳体操の会 13:30 歌のひろば(お休み)	14:00 公民館前プランター植替え作業	
17	水	10:00 中央っ子ひろば 13:30 健康ステップ		
18	木	13:30 ふれあい健康教室	15:30 城西花壇植替え作業	
19	金	10:00 縁側の日(大人のぬりえ) 13:30 大人の寺子屋	15:30 韓国料理講座(チヂミ) 18:00 居酒屋公民館	
20	土			
21	日	おしゃべりと歌を楽しむ会		
22	月	13:00 楽碁会	13:30 健康アップ歌唱講座	中央っ子見守り（互助会・ひろば・公民館）
23	火	13:30 歌のひろば	17:00 避難所運営委員会	
24	水	9:00 中央いきいき百歳体操の会 13:30 健康ステップ		10:30 ふれあい会食会
25	木	13:00 お達者雀		
26	金	10:00 室内ペタンク 13:30 歌を楽しむ会		
27	土			
28	日	おしゃべりと歌を楽しむ会		9:00 ようこく朝市
29	月	10:00 ミュージックバル 13:00 楽碁会		
30	火	10:00 中央いきいき百歳体操の会 13:30 歌のひろば		
7月1	水	9:00 子育てひろば 13:30 健康ステップ		13:30 民児協定例会 15:00 かかわり隊
2	木	10:00 中央地区地域活動推進協議会 13:00 お達者雀	10:00 中央地区地域活動推進協議会	10:00 中央地区地域活動推進協議会
3	金	10:00 折り紙講座 13:30 健康ひろば/室内ペタンク		
4	土			
5	日	おしゃべりと歌を楽しむ会		
6	月	10:30 スマホ相談会 13:00 楽碁会	8:00 町内公民館長会歴史文化講座(大鹿村方面) 9:30 いきいき元気大学	10:00 日赤炊出し訓練
7	火	10:00 中央いきいき百歳体操の会 13:30 歌のひろば		