

<防災のひとこと>こまめに水分補給し、熱中症対策をしよう！

中高生・大学生必見！夏休み特別企画！



お城近くの手公民館 自習室開放します！！

申込不要

冷房あり

Wi-Fiあり

近くにコンビニあり

【期 間】 7月23日(木)～8月26日(水)の平日

【開放時間】 平日の9:00～16:30でその日に空いている会議室

※会議室が空いていない場合は利用できません。

開放状況はInstagramをチェック

※毎週金曜日に翌1週間分の予定をお知らせします。



Instagram



ホームページ



【小学生はこちら】



夏休みの宿題を公民館でやろう！講座室（畳のお部屋）を開放します

◆期 間 7月23日(木)～8月20日(木) ※土日祝日はお休み

◆時 間 9:00～16:00 ※7/28(火)AM、8/6終日、8/7終日は除く

◆持ち物 勉強道具、飲み物、昼食 など



な つ や す み 特 別 授 業



おおて理科教室！

宿題が終わったら、理科の面白さ、不思議を学ぼう！

参加
無料



開催日時 ①7月24日(金) ②7月31日(金) 13:00～15:00

会場 大手公民館 講義室 対象 小学校4年生～6年生(各回とも定員10名)

内容 ①ベンハムのコマ(工作)、プラズマボール(実験)、アラゴの円盤(実験)
②吹きコマ(工作)、スターリングエンジン(実験)、ラジオメーター(実験)

<むずかしい用語が並んでいるね！自分でもしらべてみよう> ※内容は変更になる場合があります

講師 地球環境フォーラム 代表 林 秀彦さん 持ち物 工作のできる服装
飲みもの、筆記用具

申込み 大手公民館 TEL39-5711までご連絡ください。

中央地区夏祭り 8月8日(土)「縁日だよ、全員集合！」 ボランティア大募集！



「地域のために何かしたいなあ」「ボランティア活動に興味がある」

「お祭りの運営をやってみたい」…というそこのあなた！

青山様・ぼんぼん、屋台、花火など、地域の伝統行事の継承と子どもたちの夏の思い出作りに力をお貸しください！中学生・高校生・大学生也大歓迎！



こちらの二次元
コードからも
申込み可能です

各担当に分かれて夏祭りの運営などのお手伝いをさせていただきます。(下表参照)

1回のみ、一部の時間のみでもOK！すべての日程もOKです！

詳細・お申込みは大手公民館39-5711まで

主催：中央地区夏祭り実行委員会

募集枠	募集日	時間	内容(予定)
1	8月7日(金)	13:00~17:00	資材搬入、青山様ぼんぼん準備 屋台仕込みなど
2	8月8日(土)	15:00~21:00	会場設営・撤収、屋台準備・運営 青山様ぼんぼん準備・運営など
3	8月9日(日)	9:30~11:00	片付け、資材返却など

中央地区人権啓発推進協議会視察研修

駒ヶ根市登戸研究所平和資料館 を訪ねる

戦時中の貴重な資料を見て戦争と平和について改めて考えましょう



令和8年7月27日(月)

7:55 東洋計器大手門駐車場集合



参加費：2,000円

定員：20名(先着・中央地区住民優先)

受付開始：7月7日(火)9時から【大手公民館窓口または電話(TEL:39-5711)】

【持ち物】参加費、熱中症・日よけ対策、雨具、歩きやすい服装

【行程】

7:55東洋計器大手門駐車場集合 8:00駐車場発-松本IC-駒ヶ根IC-
9:50・登戸研究所平和資料館見学90分(ガイド付き)-11:40やまだや保翁
(昼食60分)12:40-12:50光前寺(見学)13:40-13:50駒ヶ根ファームス
(休憩)14:50-駒ヶ根IC-松本IC-16:40東洋計器大手門駐車場着・解散

※行程は交通事情等により変更する場合がありますので、あらかじめご了承ください。

【主催】大手公民館 中央地区人権啓発推進協議会

福祉ひろばコーナー

2026年7月1日

福祉ひろば TEL 39-5168

<chuou@fukushihiroba.com>

No.316



ひまわりの花がそろそろ咲きはじめますね いよいよ 暑い夏本番です
熱中症が心配です こまめな水分補給をお心がけ下さい 涼しいひろばにもぜひお立ち寄りくださいな

《ふれあい健康教室》

7月16日(木) 午後1時30分～

2階 大会議室

☆セタコンサート☆

バイオリン&ピアノ デュオ

スマイル



バイオリン: 飯田 朱音さん
ピアノ: 新井 美那子さん



(健康相談・血圧測定はありません)

7月のお当番は

町 会 長: 宇留賀勝さん・大薦宏さん・遠藤彰さん

ボランティア部: 多湖佳子さん

民 生 委 員: 鈴木紀孝さん よろしく申し上げます

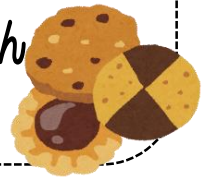
〈サロン・ひろば喫茶〉

7月9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〉 出井久美子さん 林部秀子さん

よろしくお願いします



〈中央っ子ひろば〉

7月29日(水) 午前10時～

水遊びと

トイレトレーニングのお話



持ち物: 濡れてもよい服装・水遊び用オムツ・

着替え・タオル・水分補給用飲み物



水遊びの後、トイレトレーニングのお話

先着 15組 お申し込みはひろばまで

TEL 39-5168 (申込締切 7/24)

〈スマホ相談会〉

7月6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!! 「知れたかったことを教えてもらえる」と大好評です

・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

※ 来月は8月3日(月)です



ドリンクバー開始!



コーヒー、紅茶、お茶、お湯を用意してあります
セルフサービスでご利用ください (100円/1回)

おしゃべりしたり、読書をしたり、スマホをながめたり
使い方は自由♪涼しいひろばを ぜひご活用ください
今月は7/13(月)9時～と7/17(金)13時～です

2026年7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
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/室内パタンク		
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 町内公民館長会視察研修(大鹿村) 9:30 いきいき元気大学	10:00 日赤奉仕団炊き出し訓練(バック調理)
7	火	10:00 中央いきいき百歳体操の会 13:30 歌のひろば		
8	水	13:30 健康ステップ		
9	木	14:00 サロン喫茶/お達者雀		
10	金	10:00 室内パタンク 13:30スポーツボイス/歌を楽しむ会		
11	土			
12	日	おしゃべりと歌を楽しむ会		6:00 早朝歩こう会 8:30 城南あさ市
13	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(町会連合会)
14	火	10:00 中央いきいき百歳体操の会 13:30 歌のひろば		
15	水	13:30 健康ステップ		
16	木	13:30 ふれあい健康教室(七夕コンサート)		
17	金	10:00 縁側の日(大人のぬりえ) 13:00 ぶらっとひろば	18:00 居酒屋公民館	
18	土			
19	日	おしゃべりと歌を楽しむ会		
20	月			
21	火	10:00 中央いきいき百歳体操の会 13:30 歌のひろば		
22	水	13:30 健康ステップ		
23	木	13:00 お達者雀		
24	金	10:00 室内パタンク 13:30 歌を楽しむ会	13:00 おおて理科教室	
25	土			
26	日	おしゃべりと歌を楽しむ会		9:00 ようこく朝市 11:00 育成会 流しそうめん夏祭り(松本神社)
27	月	10:00 ミュージックベル 13:00 楽碁会	8:00 人権視察研修「駒ヶ根登戸平和研究所」 13:30 歌唱講座	
28	火	13:30 歌のひろば		
29	水	10:00 中央っ子ひろば 13:30 健康ステップ(お休み)		
30	木	13:00 お達者雀	13:30 かんたん体操コース	
31	金	13:00 お達者雀	13:00 おおて理科教室	
8月1	土			
2	日	おしゃべりと歌を楽しむ会		
3	月	10:30 スマホ相談会 13:00 楽碁会	9:30 いきいき元気大学	
4	火	10:00 中央地区地域活動推進協議会 10:00 中央いきいき百歳体操の会 13:30 歌のひろば	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	水	10:00 子育てひろば 13:30 健康ステップ		13:30 民児協定例会
6	木	13:00 お達者雀		
7	金	10:00 折り紙講座 13:30 健康ひろば/室内パタンク	中央地区縁日準備	中央地区縁日準備