

今井地区だより 7月号

いまいちく

令和8年7月1日 第4号
認定符号 松本市広報【R8-1】

MAIL: imai-s@city.matsumoto.lg.jp (センター)
: imai-k@city.matsumoto.lg.jp (公民館)

第30回今井ドンパン夏祭り 花火協賛金（ご寄付）のお願い

今井ドンパン夏祭り実行委員会

今年度も、打ち上げ花火、盆踊り、太鼓・バンド演奏など多彩なプログラムを実施する予定です。これまでの花火の打ち上げは、地区の皆様からのご協賛により支えられてきました。今井の夏の夜空を美しい花火で飾るため、皆様のご理解とご協力をお願い申し上げます。

寄付の募集：7月1日(水)～
今井ドンパン夏祭り開催日：8月14日(金)

詳細は、公民館ニュース8月号、新聞折り込みで配布するプログラムでお知らせします。

今井福祉協議会主催

今井っ子わくわくひろば

せっかくの夏休み、公民館で勉強したり遊んだり、みんなで楽しく過ごしませんか？

日付	午前	お昼	午後
7/23(木)	マジック見学・体験 & パンを作って食べよう	パン・スープ	日赤救急法短期講座
7/29(水)	ポッチャ真剣勝負！！	豆ごはん・かみなり汁 浅漬	おはなしの世界
7/31(金)	科学工作 (フィルムケースロケット作り)	カレーライス	一生おれない！さいきょうの「ほね」を つくるまほう&みんなでダンス！！
8/5(水)	スポーツチャンバラ & そばピザ作り	そばピザ	声表現を楽しもう！

申込み、持ち物等詳細は、今井っ子わくわくひろばのチラシをご覧ください

今井地区掲示板

サークルのメンバー募集など、この掲示板で情報を発信したい方は
今井公民館（59-2001）までお問い合わせください。

走友会のお誘い

歩くことは老化防止の第一歩です。
毎週土曜日夜間7時～8時の約1時間今井小学校グラウンドで照明の下、周回でインターバル速歩やストレッチを行っています。自分のペースで歩けばけっこうです。是非お気軽に参加ください。
今井スポーツ協会より助成金を頂いております。

※会場へ直接お越しください

代表 長谷川 航一



地区担当保健師からのお知らせコーナー

7月は市から届いた**緑色のA4サイズ封筒**を開けて
けんしんを予約！

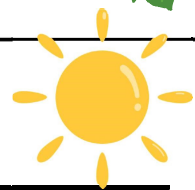


今井地区のみなさんは毎年「健康診断」「がん検診」は受けていますか？
松本市から**緑色の封筒**に入った「けんしんガイド」が届きます。（6月下旬頃）
必ず封筒を開き、内容を確認し、ぜひ、予約をしてください。
※不明な点のある方、緑色の封筒が届かない方は下記へ連絡をください。

<連絡先>担当：今井地区担当保健師
西部保健センター TEL92-8001（平日午前8時30分～午後5時15分）



夏休みは公民館で勉強しませんか



公民館をフリースペース・学習室として開放します。
夏休み期間の居場所として、お気軽にご利用ください！

期 間：7月23日（木）～8月19日（水）

時 間：9：00～17：00

場 所：今井公民館 東館1階 農事研究室など

持ち物：筆記用具・宿題・自主学习用の教材など

地域の先生が在中する日があります！

古川 良治 先生（元高校数学教師） 杉山 洋子 先生（元高校英語教師）

花岡 幸子 先生（元小学校教諭） 中村 美智子 先生

（「ナルニア国物語」読み聞かせ&映画鑑賞）

※窓口で受付簿に名前を記入してからご利用ください

- ☑ 冷房設備 あり
- ☑ フリーWi-Fi あり
- ☑ おかし あり



未就園児対象

りんごっこ「今井保育園DEプール遊び」

日 時：8月4日（火）10：00～（受付：9：50～）

会 場：今井保育園

内 容：園庭で水遊びとプール遊び（テントを用意します）

持ち物：帽子、水着（または濡れてもいい服）、タオル、おむつ、水分補給できるもの、
必要であれば着替え

申込み：7月30日（木）までに今井公民館へ



マレットゴルフ教室

日 時：毎月第2、4火曜日（7/14・7/28） 8：30～10：00

会 場：鎖川親水公園マレットゴルフ場

持ち物：スティック・球・マーク等



卓球教室

日 時：6月～10月 毎週月曜日
19：00～21：00

場 所：今井体育館

講 師：山口 敏夫さん（安曇野卓球連盟）



持ち寄りの歴史談義

日 時：毎月第3金曜日（7/17）
10：00～11：30

会 場：今井公民館 西館1階 会議室1

講 師：桜井 政男さん（西耕地）





福祉ひろばから

今井地区福祉ひろば TEL・FAX 50 - 3188



ふれあい健康教室

「年長さんと一緒に遊ぼう！」

今井保育園年長 ぞう組の皆さん

日時：7月 9 日 (木) 9:30～

場所：今井公民館東館 2F

今月は今井保育園の年長さんとの交流会です！

ポッチャで一緒に楽しく遊びましょう！ご参加お待ちしております♪

(※大雨・熊出没情報があった場合は年長さんは不参加となります)



出張販売inふれ健

時間：11：00～12：00

場所：今井公民館エレベーター前

森のこびと

お弁当…500円 パン120円～

焼菓子…100円～



ふれあい健康教室

「骨粗しょう症予防について」

講師 松本市立病院理学療法士 山崎美幸先生

日時：8月 6 日 (木) 9:30～

場所：今井公民館東館 2F

8月は健康講座！松本市立病院の先生をお招きします。ぜひご参加ください。

8月のふれ健は
第1週です！お間違えなく！



中高生ひろば開放日

日時：7月 27日 (月) 28日 (火) 8月 3日 (月) 9:30～16:30

持ち物：各自必要なもの、昼をまたぐ場合は昼食

昨年度春休み期間に試験的に実施した開放日を夏休みも実施します！

友達と勉強・趣味など自由に活動できる場所としてひろばはいかがですか？



ボールで楽しむ日

日時：7月 1日(水) 8月 5日(水) 10:00～

持ち物：あればバランスボール、飲み物

リンパマッサージでからだをほぐして、
バランスボールで体幹を鍛えましょう！



楽しくからだを動かす日

日時：7月 13日(月) 21日(火) 10:00～

音楽と映像を使って様々なストレッチ・筋トレ・
脳トレをやっています！

18日は上條記念病院の作業療法士さんの日です！



ひろば喫茶

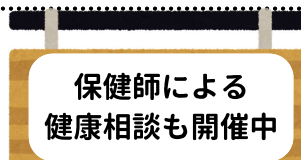
日時：7月 24日 (金) 13:30～

コーヒー、紅茶、お抹茶がお菓子とセットでお得！

お友達とのおしゃべりの場としても大好評です。ぜひお誘いあわせの上ご来店ください♪

コーヒー・紅茶…100円 お抹茶…300円 (それぞれお菓子とセット価格)

アイスコーヒー・アイスレモンティーあり☑



ひろばは **クーリングシェルター** です！

危険な暑さから避難できる場所として指定されています。冷房と冷たい飲み物を用意していますので暑い日にはひろばへどうぞ！

今年も **みどりのカーテン** ができました

野口町会の篠田良一さんから雲南百薬の苗をいただき、中村町会の山本松雄さんのお手伝いのもと、ひろばにみどりのカーテンを設置しました！今回は綺麗にカーテンになってくれるのか…見守っててください…！

夏兆す頓珍漢をいふ父と
病名に加齢のお負け半夏生

葱坊主俳句会 水無月の句会より

田中悦郎 篠田 暘

令和8年7月 今井地区イベントカレンダー

日	曜日	今井公民館・地域づくりセンター	今井福祉ひろば
1	水	今井・神林公害対策連絡協議会総会（19：00）	ボールで楽しむ日（10：00） 今井小5年俳句交流
2	木		プアメリア [今井小CSルーム]（9：20）
3	金		自然の中でラベンダークラフト（9：30）
4	土	鎖川アレチウリ駆除作業（7：30）	
5	日	支部対抗球技大会	
6	月	卓球教室（19：00）	
7	火	りんごっこ（10：00）	りんごっこ（9：30） スポーツボイス（18：30）
8	水	<u>ふれあい会食会（10：00）</u> ドンパン夏祭り実行委員会（19：00）	今井を学ぶ会（9：30）
9	木		<u>ふれあい健康教室（9：30）</u> 🚗
10	金		ふきぼこの会（13：00） 歌留多の会（19：00）
11	土		
12	日		
13	月	職員連絡会（15：00） 卓球教室（19：00）	職員連絡会（15：00） <u>楽しくからだを動かす日（10：00）</u> 🚗
14	火	マレット教室（8：30）	俳句の会（9：30）
15	水		いきいき健康ひろば（9：30）
16	木	町会長会議（19：00）	プアメリア（13：30）
17	金	持ち寄りの歴史談義（10：00）	<u>カーペット清掃（終日ひろば利用不可）</u>
18	土		
19	日		
20	月	卓球教室（19：00）	
21	火		<u>楽しくからだを動かす日（10：00）</u> 🚗 ふきぼこの会（13：00） スポーツボイス（18：30）
22	水		今井を学ぶ会（9：30）
23	木	今井っ子わくわくひろば	
24	金		<u>ひろば喫茶（13：00）</u> 🚗 健康相談日（13：00～）
25	土		
26	日		
27	月	卓球教室（19：00）	
28	火	マレット教室（8：30）	<u>中高生開放日（9：30～16：30）</u>
29	水	ドンパン夏祭り実行委員会（19：00）	今井っ子わくわくひろば
30	木		
31	金	今井っ子わくわくひろば	

8月はじめの予定

日	曜日	今井公民館・地域づくりセンター	今井福祉ひろば
1	土		
2	日		
3	月	卓球教室（19：00）	<u>中高生開放日（9：00～16：00）</u>
4	火	りんごっこ（10：00）	スポーツボイス（18：30）
5	水	今井っ子わくわくひろば	
6	木		<u>ふれあい健康教室（9：30）</u> 🚗
7	金		ふきぼこの会（13：00） 歌留多の会（19：00）



今井地区公式LINE登録のお願い

おかげさまで、お友だち登録者数が6月末時点で300人を超えております。
これからも今井の有益な情報を発信していきますので、お友だち登録をお願いいたします。