

第50回 今井地区文化祭

展示やステージ発表などで日頃の活動の成果をこの機会に披露してみませんか？
個人団体問わず、皆さまぜひご参加ください！



開催日 11月1日(日) ※準備は前日の10/31

会場 今井公民館(東館・西館)・今井福祉ひろば・今井体育館

参加を希望される方は9/16(水)までに下記の申込書を今井公民館へご提出ください。
(登録団体へは別途ご連絡します)

キリトリ

第50回今井地区文化祭 参加申込書

提出期限: 9/16(水)

種 別	展示の部 ・ 発表の部 ・ その他 (いずれかに○をお願いします)			
参加者	団体名 (個人の場合は氏名)			
責任者	氏名		電話	
	町会		住所	
内 容	※展示の場合は希望展示場所(部屋)、発表の場合はおおよその出演希望時間も記入してください。 申し込み状況により希望に添えない場合もありますのであらかじめご了承ください。			

キリトリ

地区担当保健師からのお知らせコーナー

今井地区の方は **糖尿病** に注意です！



今井地区の医療費分析を行うと「糖尿病」になる方が多い傾向があります。
予防としてはこの3つが基本です！

①健康診断を受け、自分の体の状態を知る ②バランスの良い食事 ③適度な運動

詳しく聞きたい方は下記担当へ連絡、またはひろば喫茶で行っている健康相談へお越しください！

<連絡先> 担当: 今井地区担当保健師 西部保健センター TEL 92-8001 (平日8:30~17:15)



居酒屋 in 公民館

秋の夜長に一杯いかがですか？ みんなで集まって楽しみましょう！

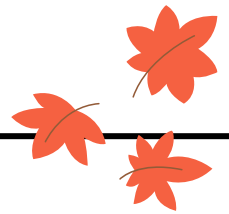
日 時：9月18日（金）18：00～20：00

会 場：今井公民館 東館1階 会食会議室

定 員：25名ほど（先着順）

参加費：1,000円（材料費）

申込み：9月15日（火）までに公民館へご連絡ください



マレットゴルフ大会

日 時：9月26日（土）
8：15～10：30

場 所：鎖川親水公園マレットゴルフ場

参加費：無料

申込み：9月18日（金）までに
今井公民館へご連絡ください



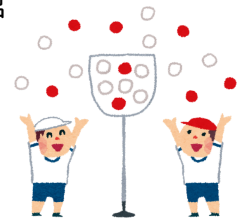
第8回

いまいスポーツ健康フェスティバル

日 時：10月18日（日）

会 場：今井小学校体育館

内 容：ミニ運動会
健康測定、
抽選会など



未就園児対象

＼遊びにきてね！／

りんごっこ「今井保育園 DE 運動会」

日 時：10月6日（火）10：00～（受付：9：50～）

集 合：今井保育園 園庭のぼり棒付近（余裕をもってお越しください）

駐車場：今井保育園駐車場【フェンス沿いに詰めて駐車してください】

持ち物：水筒、その他必要なもの

内 容：保育園のお友だちからのプレゼントもあるよ！



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：9月11日（金）
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）





ふれあい健康教室

「今井のみんなの発表会 part2」

出演 コールフレンド今井 フラダンス「プアメリア」

今井小学校1年生

日時：9月10日（木）9:30～

場所：今井公民館東館2F

今月は今井のみんなの発表会第2弾！公民館やひろばで活動しているサークルさんに加えて今井小学校1年生も発表！ぜひご参加ください！

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～



出張ふれあい健康教室 18日（金）上新田町会 町会の公民館におじゃまします！

レコード鑑賞会

日時：9月16日（水）13:30～

担当：佐藤さん（エートまん）

今月のテーマは「秋」 レコードを通して様々な秋を感じてみませんか？
レコードの持ち込みも大歓迎！お気軽にご参加ください！



5年生の美ヶ原キャンプの 俳句を掲載しています！

今年も俳句の会は5年生と交流授業を行いました！大人にはない感性の俳句に刺激を受けました…！文化祭でも展示予定です、お楽しみに！



ボールで楽しむ目

日時：9月2日（水）10月7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目

日時：9月17日（木）29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！
程よい運動でリフレッシュしましょう♪



ひろば喫茶



日時：9月25日（金）13:00～

コーヒー、紅茶、お抹茶がお菓子とセットでお得！
お友達とのしゃべりの場としても大好評です♪

ひろばで歌おう

日時：9月24日（木）13:30～

楽しく歌って元気に！集まった皆さんと
おしゃべりも！ぜひお気軽にお越しください！



てづくりの日 - 和紙のネックレス -

日時：9月28日（月）13:30～

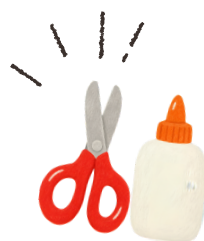
参加費：600円 定員：10名 持ち物：ハサミ

申し込み締め切り：9月14日（月）

今回のてづくりの日は和紙を使ったおしゃれなネックレスを作ります！

針も糸もいりません、くるくる巻いた和紙にネックレスチェーンを通すだけ！

柄が複数あるので希望の番号をお伝えください。色味が気になる、しっかり見てから申し込みたいという方はサンプルも用意していますのでひろばまでお越しください！



柄①（黒・金系でシック）



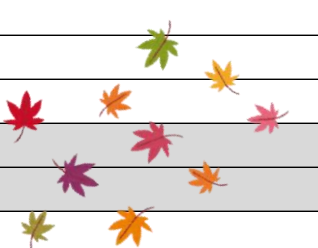
柄②（白黒・紫 ゼブラ柄風）

きりの奥姿を現す夏の牛
キャンプの夜煙に負けず混ぜる鍋

今井小五年生の俳句

笠原穂花
小山航大

令和8年9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	火	りんごっこ（10：00）	スポーツボイス（18：30）
2	水		ボールを楽しむ日（10：00）
3	木		プアメリア（15：00）
4	金		
5	土		
6	日		
7	月	卓球教室（19：00）	
8	火	マレット教室（8：30）	俳句の会（9：30）
9	水		今井を学ぶ会（9：30）
10	木		ふれあい健康教室（9：30） 
11	金	持ち寄りの歴史談義（10：00）	ふきぼこの会（13：00） 歌留多の会（19：00）
12	土		
13	日		
14	月	卓球教室（19：00）	職員連絡会（15：00）
15	火		ふきぼこの会（13：00） スポーツボイス（18：30）
16	水	スポーツ健康フェス打ち合わせ会	レコード鑑賞会（13：30）
17	木	町会長会議（19：00）	楽しくからだを動かす日（10：00） 
18	金	居酒屋in公民館（18：00）	出張ふれ健く上新田＞（10：00）
19	土		
20	日	18日（金） 今井財産区議会議員一般選挙立候補予定者説明会（18：00）	
21	月		
22	火		
23	水		
24	木	第1回文化祭実行委員会	ひろばで歌おう（13：30）
25	金	文化財委員会 今井財産区議会（15：00）	ひろば喫茶（13：00） 
26	土	マレットゴルフ大会	今月は喫茶で行っている「健康相談」はお休みです
27	日		
28	月	卓球教室（19：00）	てづくりの日（13：30）
29	火		楽しくからだを動かす日（10：00） 
30	水		今井を学ぶ会（9：30） 体力づくりサポーター会議（13：30）

10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	木		
2	金		
3	土		
4	日		
5	月	卓球教室（19：00）	
6	火		スポーツボイス（18：30）
7	水		ボールで楽しむ日（10：00）

図書視聴覚
委員会
から

公民館の図書室の本を入れ替えました！

中央図書館から新しい本を借りてきました！絵本や紙芝居、小説、実用書など様々なジャンルの本を揃えています。ぜひ手に取ってみてください♪

