

ことぶき公民館だより10月号

寿公民館



・寿公民館の活動や、ちらし、講座内容をホームページで確認出来ます→

第49回 寿地区文化祭の開催について

第49回寿地区文化祭にぜひご来場ください。

寿体育館での「作品展示」も引き続き募集中です！

日時:11月1日(日) 9時00分～14時30分(予定)

場所:寿公民館敷地内

詳細は、別チラシ及び右記QRコードの松本市HPをご確認ください。

松本市HPでは、文化祭情報を随時、最新版に更新します。

主催:寿地区町内公民館町会・寿公民館

主管:第49回寿地区文化祭実行委員会

○協賛事業

寿子ども会育成会かかし祭り

寿子ども会育成会主催

・日時:10月24日(土)～展示開始

・場所:寿公民館東側田んぼ畦

マレットゴルフ大会

寿マレットゴルフ協会主催

・日時:10月31日(土)

・場所:百瀬諏訪神社

寿子ども育成会かかし祭り表彰式

寿子ども会育成会主催

・日時:11月 7日(土)

・場所:寿公民館大会議室



寿地区文化祭
最新情報



寿地区
文化祭

令和8年度寿地区スポーツフェスティバル

涼しい季節。一歩踏み出して、地域の人と体を動かして交流してみませんか？

日時:10月18日(日) 9時20分～順次実施

詳細は、別チラシをご確認ください。



①第9回寿地区ウォーキング大会

集合場所 寿公民館前

要申込 締切× 10/14 17時

受付 9:20 ～ 9:40

右記QRコード若しくは、寿公民館

スタート 10:00 ～ 12:30 ゴール までお電話ください。



申込フォーム

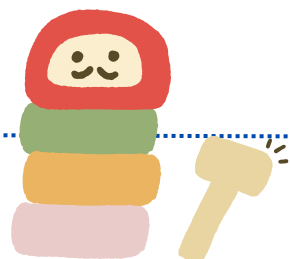
②フラバールバレー体験 ③卓球体験 ④ストライクナイン・ナインビンゴ・だるま落とし

会場 寿体育館内

当日参加OK！

時間 10:00 ～ 14:30

持物 室内用運動靴



⑤キッチンカーがやってくる！

スポーツの合間にできたてグルメを食べましょう！

主催:寿地区スポーツフェスティバル実行委員会

シニア向けフットサル講座

無料 定員10名 要予約 6名以上開催

新企画

日 時:11/9、16、30、12/7 各月曜日 17:45~19:15 (1時間30分)

場 所:庄内体育館(松本市出川1-5-9ゆめひろば庄内3階)

主催:寿公民館

持ち物:運動のできる服装・タオル・室内用運動靴・飲み物

※全講座受講可能な方の募集です。

詳細・申込



講 師: 小林 祐毅 様 (長野県サッカー協会フットサル委員会)

なんと! 講師付きシニア向け新企画です!! 詳細及び申込は、こちら→



10/23、
30
(金)

連続講座

寿公民館玄関前
9:00~10:30

ウォーキング講座

無料 予約不要

場 所:当日、寿公民館にお集まりください。(小雨決行)

持ち物:飲み物、タオル ※開催有無は公民館に確認ください。

服 装:ウォーキングできる服装

姿勢を正して、体に負担をかけない歩き方のポールウォーキングを行います。

ポールは、公民館にて貸し出します。

主催:寿公民館



10/16
(金)

寿公民館調理室
10:00~12:00

伝達料理講習会(第3回)

予約受付10/1~
無料 定員10名

持ち物:エプロン、三角巾、マスク、筆記用具、持ち帰りタッパー
出汁しみる油揚げの味噌汁、はんぺんのコロツケ風。さっぱり白和えを
寿地区で作ります。ほっとする味わいの和食メニューです。

主催:寿地区食生活改善推進協議会



10/19
(月)

連続講座
寿公民館大会議室
14:00~16:00

古文書読解講座(第5回目)

無料 定員10名

講 師:青木 教司 様 (赤木 在住)

持ち物:筆記用具

内容:百瀬陣屋の1年間(第3回目)

寿地区の百瀬陣屋の時系列です。新たなことに挑戦してみませんか?

主催:寿公民館



11/4
(水)

寿公民館1階和室
9:30~11:00

保健師 栄養・育児・健康相談

持ち物:母子手帳、バスタオル(育児)

予約不要

健康手帳(健康相談)

主催:松本市健康づくり課



第69回松本市市民スポーツ大会 10月11日(日)開催!

寿地区参加種目	会場	試合開始	初戦相手
卓 球	エア・ウォーターアリーナ松本サブ	10:00頃	田川
軟式野球	セキスイハイム松本スタジアム	10:00頃	波田
ソフトバレー	エア・ウォーターアリーナ松本メイン	09:40頃	四賀
マレットゴルフ	アルプス公園マレットゴルフ場	08:40頃	

寿
応
援

スマホ相談室(寿公民館)

持ち物:スマホ、相談内容
空き状況確認のため、事前に連絡ください。30分程度でお悩み一緒に解決します!

申込
受付中

平日

8:30~17:00

寿公民館 松本市寿豊丘424番地

申込締切:各講座3日前の17時まで

メールでの申し込みは こちら→

電話:58-2038 FAX:85-1099

メール:kotobuki-k@city.matsumoto.lg.jp

メール



本紙でお知らせする行事について、記録や広報掲載のため写真等の撮影をします。支障がある場合は、行事の際にお申し出ください。

福祉ひろばだより 裏面参照