



第三ひろばだより 10月号

令和8年10月1日 No.329

10月のふれあい健康教室

フォーク&青春ポップス

『やまぼうし』のバンド演奏

日 時: 10月21日(水) 13:30~

場 所: 第三地区公民館 大会議室

第三地区の方によるバンド演奏です。
『さらば青春』『思い出の渚』など12曲。
昔を懐かしみませんか?
ぜひ聴きにきてください。



やまぼうしメンバー

金井さん: アコギ・ヴォーカル

小口さん: アコギ・エレキ

井垣さん: キーボード・ヴォーカル

☆当月お誕生日の方には写真と記念品をプレゼント

10月当番町会: 若松町・幸町

おひさまキッズ(子育て支援)

日 時: 10月8日(木) 10:00~

場 所: 第三地区福祉ひろば

『おはなし会を楽しもう』

講師: 増本 加代先生

ひろばに遊びに
来てお友達を
いっぱいつくろう



終了後保健師による育児相談もできます。
母子手帳をお持ちください。

次回11月5日(木)は
「子どもの才能を伸ばすお母さん心理学」だよ!

エルダー体操

日 時: 10月6日(火) 9:30~10:00

場 所: 第三地区福祉ひろば

年齢問わず、誰でもいつでも大歓迎!
気軽に無理なくストレッチ。



まだ申込
できます

白馬五竜高山植物園

日帰りバスウォーキング

日 時: 10月15日(木) 8:30出発

雨天決行

定 員: 20名(第三地区の方優先)

参 加 費: 3,000円(食事代・ Gondola代込)

申込期限: 10月9日(金)



食生活改善推進協議会による

第3回 第三地区調理講習

日 時: 10月21日(水) 10:00~

場 所: 第三地区公民館 料理実習室

申込みは第三地区福祉ひろばまで

誰もが気軽に集える場

みつばちかふえ



日 時: 10月30日(金) 10:00~

場 所: 第三地区公民館 大会議室

第3回第三地区文化祭と第27回第三地区作品展が開催されます。

11月7日(土) 11:00~16:00 11月8日(日) 10:00~15:00 場所 松本市勤労者福祉センター

《申込み・お問い合わせ》 第三地区福祉ひろば事業推進協議会 田中・黒岩 電話32-0168



《 10月の予定表 》

☆はひろば事業

日	曜日	ひろば事業（参加自由）・サークル				その他の行事	
		午前事業		午後事業			
10/1	木						
10/2	金	10:00	☆さわやか太極拳				
10/3	土						
10/4	日					10:00	源池小学校 防災訓練
10/5	月			13:00	☆健康麻雀（すずめの会）		
10/6	火	9:30	☆エルダー体操				
10/7	水			13:30	民児協定例会		
10/8	木	10:00	☆子育て支援おひさまキッズ おはなし会を楽しもう	13:30	☆切り絵		
10/9	金			13:30	もえぎ会		
10/10	土						
10/11	日						
10/12	月						
10/13	火	10:00	あじさいの会（ハーモニカ）	13:30	☆ウグイス倶楽部		
10/14	水					8:30	人権バス研修
10/15	木	8:30 10:30	☆白馬五竜ウォーキング ねっこだっこ				
10/16	金	10:00	☆さわやか太極拳	13:30	民踊レクダンス		
10/17	土						
10/18	日					8:30	第三地区 ウォーキング大会
10/19	月			13:30	☆童謡唱歌を歌おう会		
10/20	火			13:30	☆絵手紙 お題:実りの秋	9:30	まちあるき講座
10/21	水	13:30	☆ふれあい健康教室（『やまぼうし』のバンド演奏） 場所:第三地区公民館 大会議室			10:00	第三地区 調理講習
10/22	木		生活支援員 三澤在所日（9:30～16:00） 担当保健師 山本在所日（13:30～15:00）				
10/23	金					18:00	居酒屋公民館
10/24	土					9:30	ミニ運動会
10/25	日						
10/26	月			13:00	☆健康麻雀（すずめの会）		
10/27	火	10:00	あじさいの会（ハーモニカ）	13:30	☆ウグイス倶楽部		
10/28	水						
10/29	木						
10/30	金					10:00	みつばちかふえ
10/31	土						

第3回第三地区文化祭 第27回第三地区作品展

11月7日（土） 11:00～16:00 11月8日（日） 10:00～15:00

会場 松本市勤労者福祉センター

第3回第三地区文化祭 第27回第三地区作品展

11月7日（土）11:00～16:00 11月8日（日）10:00～15:00

会場 松本市勤労者福祉センター