



ことぶき公民館なう！

NO. 92

ニュースポーツを楽しむ会 会員を募集します！

毎月会員でニュースポーツ(囲碁ボール、フラバールバレー等)を行っています！
ニュースポーツに興味のある方、無理なく運動したい方、ぜひご参加ください！

日 程	毎月第1・3月曜日(月によって変更になる場合があります)
日 時	4月5日(月)・19日(月) 午前8時30分～12時30分
会 場	寿体育館
講 師	伊藤 重次郎 さん
会 費	1回の参加で100円(当日支払い)
持ち物	動きやすい恰好、上履き、飲み物(水分補給用)、タオル
参加方法	会員希望の方、見学されたい方は、直接会場へお越しください。

いきいき健康教室 会員を募集します！

毎月会員が集まって簡単なストレッチ体操を行っています！
仲間と集まって無理なく運動したい方はぜひご参加ください！

日 程	毎月第1・3金曜日(月によって変更になる場合があります)
日 時	4月2日(金)・16日(金) 午前9時00分～12時00分
会 場	寿公民館2階 大会議室
講 師	伊藤 重次郎 さん、花岡 洋子 さん
会 費	年会費5,000円(前期2,500円 後期2,500円)
持ち物	動きやすい恰好、上履き、飲み物(水分補給用)、タオル
参加方法	会員希望の方、見学されたい方は、直接会場へお越しください。

学校応援団ボランティアを募集します！

寿地区学校応援団では、子ども達の見守りや学習支援、
伝統文化の継承(しめ縄づくりなど)の手伝いをしていた
だけのボランティアの方を募集しています。

大人だけでなく、高校生や中学生も大募集です。子ども
達にあんなことやこんなことを教えたい、子ども達と楽し
く活動してみたい方はぜひ寿公民館へご連絡をお願いしま



5月から子育て支援192サロンを開催します！

子育て支援192サロンでは、寿地区を中心に子育て中の親子を対象としたイベントや講座を実施しています。

日 程 毎月第3火曜日 10時（受付9時30分～）～11時
5月からスタートする予定です。

内 容 5月1日発行の回覧に年間日程を掲載する予定です。
詳細は毎月1日発行の「ことぶき公民館なう！」をご覧ください。
192サロンでは、利用者登録をいただいた方には毎月メールで
情報配信を行っています！ご希望の方は公民館へご連絡ください。

問合せ 寿公民館、または寿児童センター（57-4746）へ

担当保健師健康相談

- 4月5日（月）9:30～11:00 寿公民館和室にて
健康づくり課の保健師が健康相談、育児相談を行います。



寿公民館講座事業案内

♪ おやじ学級3B講座（5月から毎月第3火曜日に開催予定）

3B体操の講師の先生に教わりながら、音楽に合わせて楽しく体を動かします。

🌟 寿古文書読解講座（6月から毎月第2月曜日に開催予定）

様々な題材をもとに古文書を読み解く講座です。

講師は青木教司さん（赤木町会）です。

🌟 ウォーキング講座（6月と9月に3回ずつ開催予定）

寿体育館で正しい準備運動や歩き方を学び、その後寿地区を参加者で歩きます。

🌟 松本歳時記講座（7・9・11月開催予定）

松本地方に伝わる行事の姿や由来、四季折々に伝承されている行事について学びます。

申し込み・問い合わせ

寿公民館 58-2038 FAX 85-1099

メール kotobuki-k@city.matsumoto.lg.jp

寿公民館なうは、松本市ホームページでもご覧いただけます！

