

# 福祉ひろばだより



令和4年(2022年)年8月1日  
大手3丁目8番1号  
大手公民館 TEL 39-5711  
<ooote-k@city.matsumoto.lg.jp>  
ひろば TEL 39-5168  
<chuou@fukushihiroba.com>

暑中お見舞い申し上げます 夏本番 毎日 暑い日が続きますね いつでもひろばは涼しいですよ ぜひ ひろばにお越しください  
熱中症も心配な時期です お出かけの際には、帽子、日傘、マスク、飲み物をお忘れなく お気をつけてお過ごしください



## <折り紙講座>

8月5日(金) 午前10時から  
来月は9月2日(第1金)を予定しています



## <健康ひろば>

8月5日(金) 午後1時30分から  
来月は9月2日(第1金)を予定しています

## 《ふれあい健康教室》

8月18日(第3木) 午後1時30分~  
健康づくり課・体力づくりサポーター共催  
「フレイル予防講座」



健康相談・血圧測定あります

8月のお当番は

町会長 : 北原嗣正さん・大薦宏さん・奥田正男さん

健康づくり : 神澤明子さん・所哥依さん

民生委員 : 増田博志さん

## 《男性ふれあい健康教室》

8月19日(金)午後4時30分~  
「中央地区ウォーキング  
& ゴミ拾い」



## <子育て支援事業>

### 「☆たなばた祭り☆」

8月3日(水) 午前10時~12時

笹飾りを作ったり、短冊にねがい事を書いたり、  
公民館の笹に飾り付けして七夕を楽しみましょう☆  
公民館でスイカ割り大会もありますよ!

持ち物: 水分補給の飲み物(必ず記名を)

定員: 親子6組限定

申込み: 8/1(月)までにお電話(39-5168)で  
お申込みください。



新型コロナ感染予防のため

中央地区子ども会育成会

《宝山様、匠ん匠ん》



# 中止

中央地区

行事です。

★参加できる未就学児の方は、おやつ準備がありますので  
ひろば39-5168までご連絡をお願いします。

## 《お知らせ》

もっと「ひろば」をお気軽に使っていただくために

- ・「ぶらっとひろば」  
エルダーを使って脳トレ&軽い運動
- ・「中央っ子ひろば」



子育て支援事業の開放日の名称 決定!  
子育て以外にも開放できます お問い合わせは ひろばまで

裏面も見てくださいね



# 令和4年8月 中央地区イベントカレンダー

日	曜日	ひろば事業（参加自由）・サークル		地区行事・公民館講座等
		午前（10:00～）	午後（13:30～）	
1	月	ひろば職員研修参加	楽碁会	9:00 城西花壇草取り (民生児童委員) 9:30 いきいき元気大学 歴史探訪 春日山城址 (上越市)
2	火		歌のひろば	
3	水	子育て支援事業(10:00)	健康ステップ 	10:30 スイカ割り大会 17:00 館報編集委員会 18:00 記念誌編集委員会
4	木	ひろば企画委員会(9:15)	お達者雀	10:30 地区社協・公民館運営委員会 18:00 20周年記念事業実行委員会
5	金	折り紙講座	健康ひろば/ペタンクの会	17:30 避難所運営委員会班長会
7	日		カラオケの会(「ロ」;)!!おしゃべりタイム	長野県知事選挙投票日
8	月		楽碁会	10:00 フラダンス <del>18:00 青山様・ぼんぼん (中止)</del>
9	火	ぶらっとひろば(9:30)	歌のひろば	
10	水	子育てひろば(9:00)	健康ステップ	9:00 城西花壇草取り (ボランティア部会)
11	木		山の日	9:00 城南あさ市
12	金		スポーツボイス(お休み)	
14	日		カラオケの会(「ロ」;)!!おしゃべりタイム	
15	月		楽碁会	
16	火		歌のひろば	
17	水	子育てひろば(9:00)		
18	木		ふれ健/健康ステップ(大会議室)	
19	金	縁側の日(大人のぬりえ)	お達者雀/男性ふれ健	9:00 城西花壇草取り (ボランティア部会) 18:00 居酒屋公民館
21	日			9:00 ようこく朝市(松本神社)
22	月		楽碁会	13:30 健康アップ歌唱講座
23	火		歌のひろば	17:30 避難所運営委員会
24	水	子育てひろば(9:00)	健康ステップ	14:20 中央っ子見守り (健康づくり推進委員)
25	木		お達者雀	13:30 かんたん体操コース
26	金	室内ペタンク	カラオケの会	
28	日		カラオケの会(「ロ」;)!!おしゃべりタイム	
29	月	ミュージックベル	楽碁会	いきいき元気大学バスハイク
30	火		歌のひろば	
31	水	子育てひろば(9:00)	健康ステップ	



## 令和4年9月前半の予定

1	木	ひろば企画委員会	お達者雀	10:30 地区社協・公民館運営委員会
2	金	折り紙講座	健康ひろば/ペタンクの会	
4	日		カラオケの会(「ロ」;)!!おしゃべりタイム	
5	月		楽碁会	9:30 いきいき元気大学
6	火		歌のひろば	
7	水	子育てひろば(9:00)	健康ステップ	



### 《お知らせ》

8月1日(月)午前、ひろば職員は不在となりますので  
よろしくお願ひします

### 《ぶらっとひろば》

映像を見ながら、軽い運動や脳トレを行います。  
コロナで家にいてばかり、運動不足を感じているなら  
「ぶらっと」ひろばに来てみませんか？  
8月9日(火) 9:30～