

令和4年(2022年)年11月1日  
大手3丁目8番1号  
大手公民館 TEL 39-5711  
<oote-k@city.matsumoto.lg.jp>  
ひろば TEL 39-5168  
<chuo@fukushihiroba.com>

木々の葉が色づき、1日の気温差が激しい時期です インフルエンザ、新型コロナ対策等、体調管理に気を付けてお過ごしください  
新型コロナ感染状況により、ひろば行事が延期、中止になることもあります 判断が難しい場合には、お出かけ前にお問い合わせください

## <折り紙講座>



11月4日(金) 午前10時から  
来月は12月2日(第1金)を予定しています

## <<健康ひろば>>



11月4日(金) 午後1時30分から  
来月は12月2日(第1金)を予定しています

## <<ふれあい健康教室>>

◆11月17日(第3木)午後1時30分から  
健康づくり課・体力づくりサポーター共催

「フレイル健康教室  
～運動とお薬のお話～」



11月のお当番は  
町会長 : 栗田幸一さん・青木康治さん・中田俊夫さん  
健康づくり : 赤羽由佳さん・原真理さん  
民生委員 : 野村長司さんです よろしくをお願いします

## <<男性ふれあい健康教室>>

11月18日(金)午後4時30分～  
「ジオラマ 見学会」

ひろばに集合後、見学に出発 定員:先着5名



## <<ボランティア中央の皆さんへ>>



公民館・ひろば前の花の植え替え作業  
11月8日(火)午後1時30分から  
城西花壇 花の植え替え作業  
11月14日(月)午前9時から(花抜き)  
11月15日(火)午後3時から(花植え)  
ご都合のつく方はよろしくをお願いします

## <子育て支援 中央っ子ひろば>

### 保育士さんと遊ぼう!

11月16日(水)午前10時  
講師:松本市の保育士さん

定員:親子6組

持ち物:水分補給の飲み物

申込み締切り 11月15日(火)  
ひろば(39-5168)まで



## 11月のサロン ひろば喫茶

11月10日(木)午後2時から4時  
おかわり自由 100円(お菓子付)  
しばらくの間、お当番はお休みとします



## 世代間交流 & <歩こう会>

### <みんなで一緒に歩こう会>

日時:11月6日(日)午前7時集合  
場所:松本城中央公園(博物館前)  
講師:原 義美先生



お子様から大人までみんなでお城周りを歩きましょう  
雨天の場合は、大手公民館大会議室にお集まりください  
(晴れの場合は 博物館前集合 解散となります)

## <手芸講座>

11月16日(水)午後1時30分から  
「干支づくり」

ちりめんでき年の干支 うさぎを  
作ります

定員:10名 参加費:300円

お問い合わせ、お申し込みはひろばまで(39-5168)  
締切 11/15(火)



# 令和4年11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	火	ぶらっとひろば	歌のひろば	松本城西花壇草取り <small>（花いっぱい・公園緑地課）</small> 18:00 20周年記念事業実行委員会
2	水	子育てひろば（9:00～）	健康ステップ	15:00 かかわり隊会議
3	木	文化の日		
4	金	折り紙講座	健康ひろば/ペタンクの会	伝統技術視察研修
6	日		カラオケの会（□□）!!おしゃべりタイム	7:00 みんなで歩こう会
7	月		楽碁会	9:30 いきいき元気大学
8	火	ひろば企画委員会（9:15）	歌のひろば	10:30 地区社協・公民館運営委員会 13:30 公民館・ひろば前花の植え替え
9	水	子育てひろば（9:00～）	健康ステップ	10:30 ふれあい会食会 14:20 中央っ子見守り（育成会）
10	木		サロン喫茶/お達者雀	
11	金	室内ペタンク	スポーツボイス	
12	土			開館20周年記念式典
13	日			松本マラソン 9:00 城南あさ市
14	月		楽碁会	9:00 松本城西花壇花抜き 13:30 歌唱講座
15	火		歌のひろば	13:30 図書・視聴覚委員会 15:00 松本城西花壇花植え
16	水	中央っ子ひろば（10:00）	干支づくり（13:30）	
17	木		ふれあい健康教室	
18	金	縁側の日（大人のぬりえ）	お達者雀/男性ふれ健	
19	土			19日（土）～20日（日）恵比寿講
20	日		カラオケの会（□□）!!おしゃべりタイム	11時～16時【出張居酒屋公民館】
21	月		楽碁会	
22	火		歌のひろば	
23	水	勤労感謝の日		
24	木		お達者雀	13:30 かんたん体操コース
25	金	ペタンクの会	干支づくり（13:30）	
26	土			中央地区ゴルフ大会 13:00 昭和レトロ&空手鑑賞会
27	日		カラオケの会（□□）!!おしゃべりタイム	9:00 ようこく朝市
28	月	ミュージックベル	楽碁会	10:00 フラダンス講座
29	火		歌のひろば	防災部視察研修
30	水	子育てひろば（9:00～）	健康ステップ	

## 令和4年12月前半の予定

1	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
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（□□）!!おしゃべりタイム	
5	月	ぶらっとひろば	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	

社協主催 <<ふれあい会食会>>

日 時:11月9日(水)午前10時30分

場 所:大手公民館(大会議室)

参加費:100円 企画:8ミリフィルム上映

問い合わせ・申し込みは、地区の民生委員さんまで

