

回覧

## 里山辺公民館だより

松本市里山辺2943番地1

電話：0263-32-1077

FAX：0263-37-0640

令和5年9月1日号



## 週一ウォーク



毎週火曜日（5日、12日、19日、26日）

午前9時～（1時間～1時間半程度） 地区福祉ひろば前へ集合（予約不要・参加費無料）

ウォーキングができる格好で、タオル・飲み物をご持参ください。

火曜日は駐車場が混み合います。体育館北側に停めるか、徒歩や自転車でお越しください。

※ まだまだ気温が高い日が続きます。熱中症対策のためにも、水分補給にはお茶やコーヒーのような利尿作用のあるものより、スポーツドリンクなどがおすすめです！



## 里山辺地区自主防災連合会からお知らせ



里山辺地区では、長野県共同募金会「安心・安全なまちづくり活動公募配分事業」の配分金を受け無線機（トランシーバー）を15台、購入整備しました。今後は、災害非常時に際し、避難所開設等の運営のために活用させていただきます。

今後の公民館の活動予定





# 公民館行事の予定

主な公民館行事です。その他の講座については随時「公民館だより」でお知らせしますので楽しみに！

名称	開催予定日時	内容
週一ウォーク	毎週火曜日 午前9時～	山辺地区内を週一回ウォーキングをします。
さと健	9月8日（金） 午前9時30分～11時頃まで	お手軽ストレッチ、筋トレ、脳トレ
わいわいカレー第5回目	9月9日（土） 午後1時30分～	稲刈り・はぜ掛け
塩の道ウォーク	9月11日（月）	小谷村にある塩の道を歩きます。 <u>（既に応募は締め切りとなっています）</u>
わいわいカレー第6回目	9月23日（土） 午前10時～	大収穫祭
地区大運動会	10月15日（日） 午前8時30分～	例年より競技を減らし、お昼過ぎには終了予定
さとのわファーム第5回目	10月28日（土） 午前10時～	さつま芋収穫 収穫祭
里山辺地区文化祭	11月4日（土）、5日（日）	地区の皆さんから出展いただいた作品を展示します
卓球・ゲートボール大会	11月19日（日）	詳細決まり次第、町会を通じてご連絡いたします随時

内容等に変更があった場合は随時お知らせいたします。

