



# ことぶき公民館なう！

No. 122

## 子育て支援192サロン ベビーマッサージを体験しよう！

日にち 10月10日(火) 10時00分～  
 場所 寿児童センター・つどの広場  
 内容 ベビーマッサージを体験します。  
 講師 和田 先生  
 参加費 無料  
 持ち物 飲み物  
 申込み 電話、メール等で寿公民館へお申し込みください。



## 秋のバスウォーキング

日時 10月17日(火) 9時00分～16時30分  
 ※8時45分寿公民館集合 ※雨天決行  
 ※交通状況によって解散時間は前後します。  
 行先 木曾郡南木曾 妻籠宿  
 参加費 無料  
 持ち物 雨具、昼食、昼食用シート、飲み物  
 定員 15名  
 主催 寿公民館体育委員会  
 申込み 電話、窓口またはメールで寿公民館へお申し込みください。  
 お願い 駐車場が混雑するため、参加される方は可能な限り乗り合わせ等での来館及び、第2駐車場への駐車にご協力をお願いします。

先着15名！

## 食改さん講座

～栄養食を学び、味わおう～

日程 10月27日(金) 時間 9時30分～12時30分  
 場所 寿公民館調理室  
 持ち物 エプロン、三角巾  
 講師 食生活改善推進協議会の皆さん(通称:食改さん)  
 参加費 無料  
 申込み 電話、メール、または窓口で  
 寿公民館へお申し込みください。

先着12名！



献立 ・甘酢しょうがと食べるエリンギ丼  
 ・豆乳みそスープ  
 ・高野豆腐のミルク餅

## 第46回寿地区文化祭の開催について

9月1日に文化祭実行委員会を開催し、下記のとおり準備を進めていくことになりました。  
 4年振りに体育館を主会場として第46回寿地区文化祭を下記の日程で開催します。皆さんの笑顔を見れるよう準備を進めています。

日時 11月5日(日) 10時00分～14時00分(予定:変更あり)  
 場所 寿体育館:ステージ発表と作品展示  
 寿福祉ひろば:くつろぎコーナー  
 寿公民館・体育館駐車場:飲食・物販・ゲーム  
 参加相談 ステージ発表、作品展示、飲食、物販などに参加してみたいという個人や団体の方は、寿公民館に電話または窓口でご相談をお受けしています。

## 文化祭協賛事業

協賛事業の開催判断については、協賛事業の主催団体が行います。  
 文化祭を中止とした場合は、各主催団体の単独事業とします。

- 寿地区史跡めぐり 白川・白姫コース 10月28日(土) 8時00分～
- 寿子ども会育成会かかし祭り 公民館東側たんぼ畦 10月29日(日)より展示開始
- マレットゴルフ大会 百瀬諏訪神社 11月 4日(土) 9時00分～  
 ※参加希望の方は、寿マレットゴルフ協会藤森会長(58-1516)へ10月28日(土)までにお申し込みください。
- グランドゴルフ大会 白川農村公園 11月 6日(月) 9時00分～
- 寿子ども会育成会かかし祭り表彰式 寿体育館 11月11日(土)10時00分～

## その他講座・事業案内

・担当保健師育児・健康相談日程 10月 2日(月) 9:30 ~ 11:00 和室  
 11月 13日(月) 9:30 ~ 11:00 和室  
 健康づくり課の保健師が健康相談、育児相談を行います。

・古文書講座 10月16日(月) 14:00 ~ 16:00 大会議室  
 講師:青木 教司 先生  
 持ち物:筆記用具  
 参加費:無料

☆各種お申し込み・お問い合わせは寿公民館へお願いします。

申し込み・問い合わせ  
 寿公民館  
 TEL 58-2038 FAX 85-1099

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！  
 右記の二次元コードを読み取るだけで簡単にアクセスできます！



福祉ひろばだより 裏面参照