

松原福祉ひろば便り

※引き続き感染対策と飲み物持参など、皆さまのご理解とご協力をよろしくお願いいたします。



ふれあい健康教室

～こいのぼりミニ運動会～

どなたでも楽しめるレクリエーションです。いっぱい笑いましょう。

日時：5月11日(木) 午後1時30分～3時30分

第2 ふれあい健康教室 (旧ほっこり第3水曜日)

日時：5月17日(水) 午後1時30分～

ゲームや歌を歌ったり、のんびりゆったりした会です。送迎もあります。

ウォーキング講座

日本最長の宿場町 奈良井宿を歩こう!

往時の面影を色濃く残した歴史と文化の薫る初夏の奈良井宿を歩きます。帰りは伊那かんてんぱぱガーデンを散策します。(詳細は公民館便りをご覧ください)

日時：6月1日(木) 8時50分集合

集合：松原地区公民館

参加料：1200円

持ち物：水分・マスク・雨具

申込み：5/8(月)9:00～5/12(金)12:00

※応募者多数の場合は抽選とします。抽選に外れた方のみご連絡いたします。

小雨決行・行程は変更する場合があります。



カンガルーの会

～手形・足形をとろう～



日時：5月24日(水) 午前10時～11時 定員：15組 *要申込み

持ち物：色紙など手形を押すもの、手ふき、飲み物等

*汚れてもよい服装でお出かけください。

6
月
上
旬
の
予
定

1	木	バスウォーキング	
2	金	朝スト ㊟マージャン 9:45～	趣味の日 13:30～
5	月		
6	火	朝スト	うたの会 14:00～
7	水	朝スト	
8	木		ふれあい健康教室 13:30～
9	金	朝スト	
12	月	発育測定・育児相談9:30～	

令和5年

5月

の行事予定

送迎あり



乳幼児向け



ふれあい健康教室

詳細は表面をご覧ください。
5月11日(木)13:30~15:30



第2ふれあい健康教室

旧ほっこり第3水曜日

のんびりゆったり過ごしましょう!
5月17日(水)13:30~



気楽にストレッチ

参加費100円・飲み物持参

5月9日(火)10:00~11:00
*申込み不要になりました

かんたん体操

参加費100円・飲み物持参

5月23日(火)10:00~
*申込み不要になりました

メンズ・ソフトストレッチ

参加費100円・飲み物持参

5月24日(水)13:30~14:30 *申込み不要

趣味の日

ひろばを開放しています。

5月12・19日(金)13:30~15:30

松っ子の日



未就園親子対象ひろば開放

5月15日(月) 第3週のみとなります。
10:00~11:30/13:30~16:00
空き室時はいつでも利用できます。

育児相談・発育測定



5月8日(月) *母子手帳持参
9:30~11:00 申込み不要



カンガルーの会



<手形・足形をとろう>

5月24日(水)10:00~11:00
*申込みをお願いします。



民生児童委員協議会主催

朝いちストレッチ

映像を見ながら脳トレ・ストレッチ体操をします。
毎週火・水・金曜日 9:00~9:40
*申込み不要

うたの会

通信カラオケを楽しみましょう

5月2・16日(火) 14:00~16:00
申込み不要です。どなたでもどうぞ。
*歌う時はマスクの着用をお願いします。

男性料理教室

5月18日(木)10:00~13:00
*5月15日(月)までに申込み
参加費 500円

喫茶まつばら



5月26日(金)14:00~16:00
(ラストオーダー15時45分)
飲み物代(お菓子付き) 100円

~お知らせ~

マスク着用は任意になりましたが、事業によっては引き続き着用をお願いします。
ご理解、ご協力をお願いします。



~ 高齢者福祉入浴券 ~



4月1日に満70歳以上で松本市に住民登録のある方が対象です。申請用紙に記入後(本人・同居の親族)その場で交付します。本人確認の為に下記のものをご用意ください。

- ・運転免許証・個人番号カード・在留カード・100円バス券
- ・健康保険証・診察券・BKカードは2点で確認

*今年度より通年交付になりました。