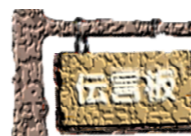


# 城東公民館・城東地区福祉ひろば事業予定表

2023 6月 令和5年		城東公民館 0263-34-0191 申込みは 電話 又は 窓口で 福祉ひろば 0263-39-0168		
日/曜日	場/時間	事業名(午前)	場/時間	事業名(午後)
1(木)			ひ 2:00	ふれあい社交ダンス
2(金)			ひ 1:30	スポーツ吹き矢
3(土)	ひ 10:00	育成会総会		
4(日)				
5(月)	ひ 9:30	みんな元気会	ひ 1:00	編む編夢ニットの会
6(火)	ひ 9:30	ふれあい健康教室	ひ 1:30	民生児童委員協議会
7(水)	ひ 9:30	出張ふれ健(北上横田)	ひ 1:30	パソ子の部屋
8(木)	ひ 9:00	健康マーじゃん		
9(金)	ひ 9:30 ひ 9:30 公 10:00	出張ふれ健(和泉2) いきいきデータ送信 スマホ相談(要予約)	ひ 1:30	ひろば三役会
10(土)				
11(日)				
12(月)	ひ 9:00 ひ 9:30	広報部会 みんな元気会	ひ 1:30	にこにこフラダンス
13(火)			ひ 1:00 ひ 1:30	手芸の会 出張ふれ健(元町南区)
14(水)	ひ 9:30	ひまわりの時間		
15(木)	ひ 9:00	広報部会	ひ 2:00	ふれあい社交ダンス
16(金)	ひ 10:30	すくすくキッズ	ひ 1:30	パソ子の部屋
17(土)	ひ 10:00	防災部会		
18(日)				
19(月)	ひ 10:00	ひろば音楽会	ひ 1:00 ひ 4:00	編む編夢ニットの会 町会長会
20(火)		準備	ひ 1:30	浪漫茶房:15周年記念祭
21(水)			ひ 1:30	パソ子の部屋
22(木)	ひ 9:30	男の健康体操教室	ひ 1:30	にこにこフラダンス
23(金)				
24(土)				
25(日)				
26(月)	ひ 9:30	みんな元気会	ひ 1:00 ひ 1:00	民生運営委員会 広報部会
27(火)	ひ 9:30	城東シネマ	ひ 1:30	スポーツ吹き矢
28(水)	ひ 9:30	体力づくりサポ集会	ひ 1:30	パソ子の部屋
29(木)	ひ 9:00 ひ 9:00	健康マーじゃん 街中さんぽ		
30(金)	公 7:00	手芸の会 第45回マレットゴルフ大会		

【お知らせ】  
6月14日 ボランティアの皆様へ「ひまわりの時間」出席者は 紙切り鋏み持参してください  
7月4日(火)「ふれあい健康教室」は【スマイル山雅健康教室】です。お楽しみに！



ご参加お待ちしております！あんなこと・こんなこと やっていただきますよアラカルト！

## 第45回マレットゴルフ大会

**6月30日(金) 7時30分集合**  
南箕輪村の信州大芝公園マレットゴルフ場で、日ごろの成果を競い合います。  
もちろん、初めての方でも大歓迎です  
参加費：200円(会場使用料) 昼食は各自で  
持ち物：スティック・ボール(公民館でも用意します)  
定員：市バスの都合で24名(城東地区の方限定)  
申込み：6月23日までに城東公民館へ申し込む  
その他：降雨状況により中止とする場合があります  
順位をつけるための年齢をお伺いします

## お気軽に スマホ操作を一緒にやりましょう

とりあえずスマホにしたけれど、わからないことだらけ!?  
基本的な操作方法や二次元コードの読み込み方法、Wi-Fiの接続方法  
やカメラの使い方など疑問に応じてお手伝い。支援員と一緒に、操作  
してみませんか?

【日 時】 6月9日(金) 10時から12時(予約が必要です)  
【会 場】 城東公民館  
【講 師】 城東地区スマホ支援員  
【参加費】 無料  
【申込み】 相談したい内容と希望時間を電話か窓口で事前にご予約ください  
【その他】 マスクをご持参ください  
※予約状況により、希望の時間に沿えない場合があります

## 松本盲学校の生徒の皆さんがマッサージをしてくれます

### 7月12日(水) 城東地区福祉ひろば

地域の方への感謝と交流を目的に、一人1時間 無料でじっくり  
施術していただけます。  
ご希望の方、6月30日までに城東公民館へ申込みを。



時間区分および定員  
10:00~11:00 8名  
11:00~12:00 8名  
13:00~14:00 8名  
その他 施術中はマスクを着用してください。

## ふれあい健康教室

### 6月6日(火)9:30~ 天才肌の紙細工名人

餌差町にお住いの浅香吉司さん!  
紙細工に目覚めて〇〇年  
精巧な昆虫や電車や自動車と幅広い  
作品を手掛けます  
楽しみに!お出かけください

## 歩こう!街中さんぽ

### 6月29日(木)9:00

ひろば出発です  
あがたの森へ行きましょう  
いつものようにワイワイがやがや  
「車来たよ~あぶないよ~」  
声かけあって歩きましょう  
新しい発見があるかも!

## 浪漫茶房



### 6月20日(火)1:30~

浪漫茶房15周年記念祭  
くす玉を割った10周年からはや5年たちました  
早いものですね 想えば15年前はどんなに若  
かったのかと・・・  
ボランティア面々頑張っ、今回は  
**レアチーズケーキ**を参加費無料で提供  
地域の喫茶店【浪漫茶房で逢いましょう】  
抽選でささやかな景品も、もらえます

## ひろば音楽会

### 6月19日(月)10:00~

アンコール  
サニーサイドアップ演奏会

【テネシーワルツ】  
レッドスチュアート  
【浪路はるかに】 ビリーボーン  
【レットイットビー】  
ビートルズ  
【君をのせて】  
ジブリ：天空の城ラピュタ  
【サン・トワ・マミー】 アダモ  
【ルージュの伝言】  
【ジョニー・B・グッド】 など  
※曲目は変更もあります

## すくすくキッズ

### 6月16日(金)10:30~

西沢啓子先生の【親子体操】です  
ママたちも汗かかなくちゃ!



## 城東シネマ

6月27日(火)9時30分上映開始  
＝城東公民館と共催＝

ロケ地は松本で、松本城やなわて通りが出てきます  
1995年 畔柳二美のベストセラー「姉妹」が原作の青春ドラマ  
読みは「きょうだい」 上映時間は95分  
圭子と俊子の姉妹は、山の中の発電所の社宅に住む両親のもとをはなれ、  
学校に通うために、都会の伯母の家に厄介になっていた。姉の圭子は十七歳、  
五人姉弟の長女のせいか家庭的な大人しい性質だが、妹の俊子は三つ年下の  
天真らんまん型。年の割に背が低いので、「近藤のちび」すなわち「こんち」  
というあだ名で呼ばれていた。・・・  
**【映画って本当にいいもんですんね】誰でしょう?**