

一日だけの



「歌声喫茶」を開催しました



令和8年1月29日(木)に【一日だけの歌声喫茶～介護予防講座～】を開催し、約40名の方が参加しました。三ツ井千恵子さん(小松町会)の鍵盤ハーモニカの演奏や、昭和の歌謡曲、童謡・唱歌など10曲以上の懐かしい歌を皆でうたいました。



地区の皆さんにも運営を手伝っていただきました!



三ツ井さんの演奏と楽しいトークであっという間の1時間でした!



会場で知り合いの方との再会に喜ぶ方や、懐かしい歌に当時を思い出しました



ご夫婦で参加した方もいて、会場はとても和やかでした

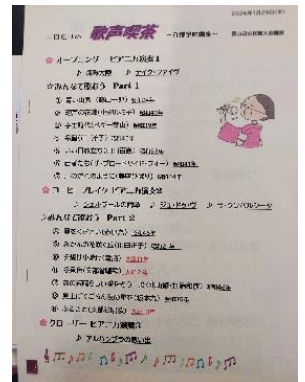
【参加者のアンケートから】

- ・懐かしい方と再会し、楽しいひと時でした。また、機会があったら参加したいです。
- ・夢中でした。最後まで思い切り歌えて良かったです。次回も企画してほしい。
- ・お茶が嬉しい。コーヒー、ドーナツが美味しかった。
- ・三ツ井さんの演奏に元気をもらいました。皆さんの歌声につられ久しぶりに声を出すことができました。
- ・和やかな雰囲気に包まれ、本当にリラックスしました。

他にもたくさんの感想をいただきました。ありがとうございました。



美味しいコーヒーとお菓子が好評でした



演奏と歌を楽しみました



歌うことは、脳の活性化、リラクゼーションなどに効果があります。今回初めての開催でしたが、来年度も開催できるように計画中です。

お楽しみに!

青空サロン「さとカフェ」が始まります

有志グループ「つながろう会」では、4月から青空サロン「さとカフェ」を再開します。地区内の公民館や美術館、皆が利用している場所などで開催し、おしゃべりや散歩途中の休憩など、誰でも気軽に集える場となっています。どなたでもお気軽にお越しください。

また、開催場所のリクエストも大歓迎ですのでお声がけください。

令和7年度開催した青空サロン「さとカフェ」の様子



下金井公民館



湯の原公民館西側駐車場



桂重英美術館(林町会)

開催日程や場所は、地区回覧や町会回覧、松本市ホームページでお知らせします

地区生活支援員が地域のつながり・ささえあい活動を応援します

地区の住民の方、関係団体（協議体等）、関係機関（地域包括支援センターや地域づくりセンター等）と連携を取りながら、介護予防、通いの場、生活支援サービス等を推進し、住民相互の助け合いを支援いたします。

地域の皆さんと
一緒に考えて取り組みます。
「あったらいいな！」
を共に考え、つくりましょう。



家のそばで体操できればなあ

高齢の父母が心配なんだけど



仕事はリタイアしたけど、地区で何かできるかなあ



地区生活支援員の事務所は、地区地域づくりセンターです。「どうなっているんだろう」という小さな疑問も下記の問い合わせ先にお尋ねください。

【お問い合わせ】

里山辺地区地域づくりセンター

電話：32-1077

直通電話：070-8684-8035

地区生活支援員 野澤好子



生活支援員
さとちゃん