

東部ひろばニュース

第299号
2022.6



東部公民館・東部地区福祉ひろば・東部デイサービスセンター

東部公民館 からお知らせ ☎ 36-8565 又は 32-7168

避難所運営研修会にご参加ください。

大雨等により特定の地域に避難情報が発令された場合の「局所的・短期的避難所」の開設・運営方法について、研修会を行います。「いざ」というときにパニックにならないよう、確認しておきましょう。

日時	6月5日(日) 9:00~10:00	場所	東部公民館
内容	・職員と住民と一緒にマニュアルを見ながら 避難所開設、受付、段ボールベットを設置する。 ・備蓄食料の試食	主催	東部地区町会連合会 防災部
申し込み	不要 当日会場へお越しください。	共催	東部公民館

そば講座

そばを知っておいしく食べよう

蕎麦のルーツや蕎麦とはどういったものか学んだあとに、打ちたてのおいしい蕎麦を食べませんか。

日時	6月25日(土) 10:30~12:00	場所	東部公民館 2階 大会議室
タイムテーブル			
	2	10時30分~ ~11時20分	蕎麦講座と見学会 (蕎麦のルーツ等) 講師：三代澤 健一さん (清水中町会)
	3	11時30分~ ~12時00分	「蕎麦試食会」 蕎麦打ち同好会

申し込み 6月6日(月) 午前9時から 定員20名(先着順)
参加費 無料 主催 東部公民館



環境衛生講座

「クリーンセンターへ」

ゴミステーションで回収されたゴミが、どのように処理されるのか施設見学を通して学んでみましょう。

日時	7月6日(水) 9:00~12:00
場所	松本クリーンセンター、 リサイクルセンター
講師	該当施設職員
参加費	300円
申し込み	6月13日(月) 午前9時から 定員20名(先着順)
主催	東部地区町会連合会 環境衛生協議会
共催	東部公民館



「高原でマレットゴルフ」

マレットゴルフで親睦を深めながら健康を増進させましょう。箕輪村「信州大芝高原」でいつもと違う気分のマレットゴルフを楽しみませんか。

日時	6月22日(水) 8:00~16:00
集合場所	東部公民館 駐車場
行程	南箕輪村 信州大芝高原 9:30~11:30(マレットゴルフ) 12:00~14:00(昼食・入浴) 14:00 大芝高原 発 16:00 東部公民館 着
参加費	2,000円(プレー代、昼食・入浴料)
申し込み	6月6日(月) 9:00より 東部公民館(☎36-8565)へ
持ち物	帽子、タオル、着替え
定員	20名(先着順)
主催	東部公民館



食生活改善栄養教室に参加してみませんか?

「健康な未来は食事から作る~いつもの食事に腸活と減塩をプラスして~」

日時	7月4日(月) 10:00~11:00
場所	東部公民館 2階 視聴覚室・調理実習室
内容	腸活講和、だしの取り方のデモンストレーション、塩分測定、グループワーク
持ち物	自宅で作った汁物
申し込み	6月1日(水) 午前9時から 北部保健センター 担当：中嶋 ☎38-7677
参加費	無料
主催	健康づくり課



東部ひろばニュース抽選「5月号 当選番号」

138 377 523 611 770
967 1097 1254 1458 1503

★当選された皆さまおめでとうございます。景品をお渡ししますので「ひろばニュース5月号」を持って東部公民館へお越しください。(お渡し期間：6月中)

裏面もご覧ください