

ルート19

令和4年10月15日
発行 田川公民館

TEL 27-3840 / FAX 27-3841
tagawa-k@city.matsumoto.lg.jp

歩いて・知って・健康づくり

毎年恒例

田川健康ウォーキング

10月29日(土) 9:00~11:30

詳細は裏面をご覧ください。

こけ玉作り講習会

日時: 11月10日(木) 午前10:00~12:00

場所: 田川公民館(松本市渚3-2-7)

講師: 松本市緑化協会会員

内容: こけ玉作り講習会

費用: 材料費として1,000円が必要となります。

(補助あり)

持ち物: 軍手、ハサミ、持ち帰り用の袋

定員: 20名

申し込み締切: 11月2日(水)まで

申し込み方法: 田川公民館まで

お電話にてお申込みください。

27-3840



第6回
10/25

田川地区いきいきサロン

長野県松本文化会館付属

管楽アンサンブルコンサート

おなじみの曲を中心に、美しい音色をお聞きください

申し込み不要、無料です!

とき / 午前10:00~

ところ / 田川公民館 大会議室



男性向けの料理教室です。今回は「チーズケーキ・ソイラテリン・長いも饅頭」をつくります

日時: 11月9日(水) 午前10:00~

場所: 田川公民館(松本市渚3-2-7)

講師: 食生活改善推進委員

定員: 12名

持ち物: エプロン、三角巾、手拭きタオル

申し込み方法: 11月2日(水)までに

田川公民館までお申し込みください。

無料!

マスク着用



図書入れ替え日の変更のお知らせ

図書・視聴覚委員会では、公民館図書コーナーの図書入れ替えの予定を前号のルート19にてお知らせしておりましたが、12/7(水)へ変更となりました。

つきましては、本のご返却の締め切りが12/2(金)までに変更となります。



スマホ教室 with docomo

今回のテーマは、「電話をしよう」

日時: 10/27(木) 10:00~

会場: 田川公民館 視聴覚室 定員: 先着6名

お申込みはドコモショップ松本渚インター店
(0120-225-554)まで!

ナビダイヤル後、ボタンを押して通話ください

予告

田川公民館文化委員会視察研修

妻籠宿・奈良井宿街めぐり

日時: 11月19日(土)

8:30~16:50

詳しくは次号のルート19にて!



田川公民館
通年講座

パソコン講習会 講師: 今井 国雅さん

10/26(水) 10:00

気楽に運動しよう 講師: 塩原 静香さん

10/19(水) 10:00

かるやか会 講師: 藤澤 一吉さん



令和4年10月15日

田川公民館だより

家族で歩こう!

歩いて、知って、健康づくり!

田川健康ウォーキング

～道祖神めぐり～

田川地区福祉ひろば・田川公民館

みんなで歩いて健康づくり!身近な地域の自然や歴史も学べます
お茶と参加記念品を用意してお待ちしています

市民歩こう運動

日時 **10月29日(土)** 9:00~11:30

集合場所 田川公民館 正面駐車場(9:00までに集合)

持ち物 タオル等ウォーキングに必要なもの
お茶(ペットボトル)は主催者で用意します。

参加費 無料

コース 健脚コース/ ゆったりコース
田川地区内のウォーキングコースを歩きます。

申込 不要
当日9:00までに田川公民館にお集まり下さい。

雨天の場合も9:00までに田川公民館にお集まりください。

雨天時は屋内レクリエーションとなります。

当日のスケジュール

8:30~	9:00	受付
9:00~	9:15	開会式・コース説明
9:15~	9:30	準備体操
9:30~	11:30	ウォーキング

歩こう松本!
心も体も健康に!



【お問合せ】

田川公民館

27-3840

田川地区福祉ひろば

28-1168