

4月 城北ひろばだより



★★★ お知らせ1 ★★★

ひろば事業にお越しの際は、給水用の飲み物をご持参ください。

★★★ お知らせ2 ★★★

ひろばで「松本市 高齢者福祉入浴券カード」の交付ができます。

交付開始日》3月25日(水)～

交付対象》昭和31年4月1日以前に出生の70歳以上の松本市に住民登録のある方

持ち物》運転免許証等写真付き身分証明書

※今年度より入浴券がカード式に変更となりました。詳細はひろばまでお問合せください。



◎井戸端会議 2日(木) 13:30～

「美味しいものを食べたい」 参加費:100円

好きなお味噌汁の具は?など、皆さんで和気あいあい楽しくおしゃべりしませんか?♪



◎サロン「花夢歌睦亭」 9日(木) 10:00

今月も参加者リクエスト曲も含め、懐かしい曲ばかりです。 ブランデーグラス・北帰行・くちなしの花 etc

◎レストラン「夢」 15日(水) 11:50開店



※12時30分までにお入りください

大鍋で煮込んだ美味しいカレーはいかが?

★QRコードでのお申込みもできます→



次回

5月7日(木)

「いざという時どこにどうやって逃げるの」



防災士の村田誠一さんによる防災講座です。

◎きっさ千客万来 17日(金) 10:30開店

※12時までにお入りください。

●物価上昇に伴い、今月から・・・

飲み物とスイーツセット 150円⇒200円



飲み物のみ スイーツのみ 80円⇒100円

に値上げさせていただくことになりました。

◎ふれあい健康教室 22日(水) 9:30～

今月の担当町会: 蟻ヶ崎台町会

歌・体操・レクレーション♪

老若男女どなたでも参加できます😊

地区の保健師、包括支援センター職員より、健康に関する貴重なお話も聞けますよ!!

★5月の担当は蟻ヶ崎東町会です。



◎のびのびひろば 24日(金) 10:00～

「ベビーマッサージと育児相談」

丸の内病院助産師による講座と地区保健師による育児相談です。個人的な相談も気楽にどうぞ!

参加費》100円

持ち物》お子さんの飲み物(必要な方)

オムツ・バスタオル

申込締切》17日(金)

★QRコードからお申込みください→



◎ちりめん講座 5月1日(金)・14日(木) 13:00～

「はいはい人形」を2日間で製作します。

平安時代に乳幼児の枕元に飾り、病気や災難の身代わりとなったと言われている「はいはい人形」。

愛くるしいお人形を作りませんか?😊

材料費》1500円

持ち物》裁縫道具(針・糸・ハサミ) ボンド

申込締切》4月17日(金)

☆お申込みは電話(☎36-0168)までお願いします。



◎春のウォーキング大会に

ついては、公民館だよりをご覧ください。

◎伝言板 のびのび開放日 1日(水) 21日(火) 10:00～12:00



飛び跳ねても走り回ってもOK!!おもちゃもありますよ😊





城北公民館への申込みは、窓口または電話(☎38-0120)までお願いします。



写真展 城北地区の1年を振り返る

令和7年度の城北地区の活動を写真で振り返ります❖
参加された皆さん、ぜひ見に来てください！

期 日》3月23日(月)～5月8日(金)
会 場》城北公民館 談話室、1階・2階廊下
撮影者》公民館委員会館報編集部会記録班、
城北地区住民、地域づくりセンター職員
入場料》無料
その他》平日昼間のみ
※会場使用中は入場できないことがあります。



ボウリング大会 結果発表

2月22日(日)に開催されたボウリング大会の結果を発表します❖入賞された町会の皆さん、おめでとうございます！大会を運営いただいた役員の皆さん、お疲れ様でした。

団体の部

優勝	蟻ヶ崎東町会
2位	同心口張町会
3位	白金町町会



個人の部

ゲーム数…2、🏆…ハイゲーム賞

	男 性(スコア)	女 性(スコア)
優勝	🏆小林 英一さん(342)	松井 美都子さん(290)
2位	松井 寿和さん(312)	北川 恵さん(285)
3位	三輪 尚弘さん(269)	堀 敬子さん(227)

ソーセージ作り体験

本格ソーセージを作ってみましょう！

日 時》4月22日(水)14:00～16:30頃
会 場》城北公民館 料理実習室
講 師》古田 健司さん(沢村町会)
参加費》2,000円
定 員》10人(先着順)
持ち物》エプロン、三角巾、持ち帰り容器
申込み》4月6日(月)9:00から城北公民館
その他》1人 500g持ち帰りできます。



電子クーポン取得の相談について

松本市内のお店で使える「松本市生活応援クーポン」の配布が始まっています。公民館に電子クーポンの取得について相談される際は事前にご連絡ください。

期 間》6月末まで 会 場》城北公民館
申込み》城北公民館(持ち物確認・日時の調整をします。)
その他》・担当者が不在の場合がありますので、事前にご連絡をお願いします。
・制度についての質問や意見等は、担当事務局(☎026-217-1037)へお問合せください。

スマホ相談室

日頃の操作・やってみたいことなど、スマホに関するお悩みを解決できるよう公民館主事がお手伝いします！

日 時》平日 9:00～16:30の30分間
会 場》城北公民館
申込み》城北公民館(内容・日時の調整をします。)
その他》・主事が不在の場合がありますので、事前にご連絡をお願いします。

公民館体育部・福祉ひろば・住みよい町づくり協議会健康の部会 春のウォーキング大会

5月の緑を楽しみながら区内をウォーキングします🌿

日 時》5月9日(土)9:20～昼頃
集 合》城北公民館
コース》次の4つのコースから選んでお申込みください。

①2.5km ②4km ③5km ④6km

参加費》無料
持ち物》帽子、タオル
申込み》4月24日(金)までに城北公民館
その他》軽食と飲み物を配ります。
雨天時は公民館でストレッチ等を行います。



子ども会育成会主催 ファミリー人形劇

劇団「赤とんぼ」の人形劇を楽しみましょう！

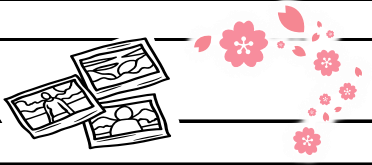




日 時》5月10日(日)10:00受付開始
10:30頃開演
会 場》沢村児童センター(沢村 2-6-14-3)
対 象》小学生
参加費》無料
申込み》沢村児童センター(☎32-6264)
その他》赤とんぼの公演を見た人は、公演日に同時開催する沢村児童センターまつりの焼きそばが無料になります！



～館長退任のあいさつ～

3月31日(火)をもちまして館長を退任いたしました。城北公民館に4年間お世話になりました。地域の皆様からの教えやお支えに感謝申し上げます。ありがとうございました。(小岩井成人)
後任の館長には、黒田明浩さん(元城北地区地域づくりセンター長)が着任いたします。よろしくお祈りいたします。

〈4月の城北地区の講座・イベント・会議・利用予定など〉

日付	曜日	公民館/地区事業など	地区団体各種会議
4月1日	水		
2日	木		
3日	金		
4日	土		
5日	日	写真展「城北地区の1年を振り返る」 5月8日(金)まで	
6日	月		民児協定例会 13:30
7日	火		友の会総会 10:00 町会長会総会 16:00
8日	水	古きを訪ね新しきを悠学する講座(座学) 13:30	
9日	木		町内公民館長会総会 16:00
10日	金		
11日	土		
12日	日	そば打ち講座 	
13日	月		公民館委員会総会 13:30
14日	火		
15日	水		
16日	木		ひろば委員会総会 13:30 地区人権啓発推進協議会総会 14:30 地区社協総会 15:15
17日	金		
18日	土		城北地区環境衛生協議会総会
19日	日		
20日	月	古きを訪ね新しきを悠学する講座(視察) 8:20	
21日	火		
22日	水	ソーセージ作り体験 14:00 	
23日	木		
24日	金		
25日	土		子ども会育成会総会 10:00
26日	日		
27日	月		
28日	火		
29日	水	(昭和の日)	
30日	木		
5月1日	金		
2日	土		
3日	日	(憲法記念日)	
4日	月	(みどりの日)	
5日	火	(こどもの日)	
6日	水	(振替休日)	
7日	木		民児協定例会 13:30
8日	金		公民館企画運営委員会 13:30 地区社協役員会 14:30

この配布物は松本市のHPにも掲載しています。

【URL】 /site/chiku-info/50767.html 【QRコード】→



日付	曜日	福祉ひろば事業	ひろばサークル及び関係団体	
			午前	午後
4月1日	水	のびのび開放日 10:00		
2日	木	ストレッチ体操 10:00 井戸端会議 13:30 	ひまわり(視聴覚室)	
3日	金			
4日	土			
5日	日			
6日	月		和なごみ/てんとうむし	北馬場町会
7日	火			健康麻雀倶楽部(講義室)
8日	水		家庭料理「すずらん」	
9日	木	サロン「花夢歌睦亭」10:00 		ハナミズキ 町内公民館長会
10日	金	ストレッチ体操 10:00	なつめの会(講座室)	銭太鼓/棋友会(視聴覚室)
11日	土	カレーライス 大盛・普通盛 選べて 一皿300円 		
12日	日			
13日	月		和なごみ/彩の会	
14日	火	手づくりの会 10:00		健康麻雀倶楽部
15日	水	レストラン「夢」11:50 		
16日	木	ひろば委員会 13:30	ひまわり	
17日	金	きっさ「千客万来」10:30 	飲物とスイーツのセット 200円 飲物のみ、スイーツのみ 100円 	
18日	土			
19日	日			
20日	月		和なごみ/てんとうむし	北馬場町会
21日	火	のびのび開放日 10:00 バルの会(講義室) 13:00		健康麻雀倶楽部
22日	水	ふれあい健康教室 9:30		銭太鼓「麗音」
23日	木	ストレッチ体操 10:00		ハナミズキ
24日	金	のびのびひろば 10:00 ひろば推進協議会総会 13:30	なつめの会(講座室)	棋友会(視聴覚室)
25日	土			
26日	日			
27日	月		和なごみ/彩の会	
28日	火	手づくりの会 13:30		健康麻雀倶楽部(講義室)
29日	水	(昭和の日)		
30日	木			
5月1日	金	いきいき健康ひろば 9:00 ちりめん講座 13:00		
2日	土			
3日	日	(憲法記念日)		
4日	月	(みどりの日)		
5日	火	(こどもの日)		
6日	水	(振替休日)		
7日	木	ストレッチ体操 10:00 井戸端会議 13:30 		
8日	金		なつめの会(講座室)	銭太鼓/棋友会(視聴覚室)

問い合わせ先:城北地区地域づくりセンター/福祉ひろば/公民館 ☎38-0120/36-0168

【カフェすいれん 開店日】 開店時間 10時~ 参加費 100円
14日(火) 沢村公民館 28日(火) 白金町公民館