松本市広報R8-1

田川公民館だより
ルート19

第365号
令和8年11月1日

回覧

発行　田川公民館　電話 27-3840 FAX 27-3841

講演会

クマの毛皮や頭骨も展示

クマってどんな動物？

知っておきたいクマの生態と対策

申込不要･参加費無料



12/20 [SUN]

10:00～11:30

田川公民館２階大会議室

クマの生態や人里への出没理由、人身被害への対策などクマとの向き合い方についての講話です。

講師　信州ツキノワグマ研究会　浜口 あかり さん

田川地区まちづくり協議会自然環境検討部会

＜田川地区防災部会＞





令和８年度田川地区

防災訓練

～いざというときに備えて～

自分や家族が助かったら次は近隣の方を助ける



『共助』で助ける方法を実践で訓練しましょう

11/29(日) 9:00～12:00

（受付 8:40～）

田川公民館 ※雨天決行

服装・持ち物　訓練可能な服装・靴、滑りにくい手袋、レジ袋（中くらい）、手ぬぐいまたはタオル

申込み　11月13(金)までに田川公民館へ電話でお申し込みください。すでに町会長等を経由して申し込んでいる場合は不要です。

当日の内容
- 救出・搬送訓練、AEDの使い方や心肺蘇生法
- 添え木やタオルを使った応急措置、消火器による初期消火操法
- 田川地区の地形等の特色からの防災・減災

駐車場　渚大神社駐車場または神社南側丸の内病院駐車場

＜田川地区子ども会育成会＞

田川地区

もちつき大会

12月13日(日)

10:00-12:00

会　場：田川公民館

参加費：無料　餅はお持ち帰りです

※低学年以下のお子様は保護者同伴でご参加ください

申込み

11月30日（月）までにこちらのQRコードから

田川地区健康福祉月間

～明日の幸せ築くまち～

いつまでも明るく元気に暮らしていくために、
今からできることに取り組みましょう！
講座終了後には、**お茶**と**お菓子**をご用意します。
お気軽にお越しください。

◆申込不要
◆入場無料



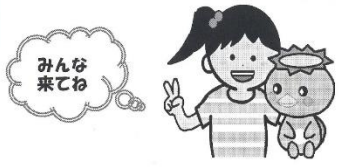
会場／田川公民館 大会議室

11/24（火）
「健康を考える日」（田川地区いきいきサロン）時間/10:00～11:00
◆睡眠と健康
丸の内病院　健診センター看護師　課長　吉岡　貴子 さん

12/1（火）
「介護予防講座 part１」時間/10:30～11:30
◆測って気づく！血糖値と生活習慣を見直す講座
松本市健康づくり課　保健師　　黒崎　りか さん
持ち物　健診結果・スマートフォン（持っている方）
※講座終了後、健康相談（保健師）、介護相談（中央西地域包括支援センター）を行います。

12/8（火）
「介護予防講座 part２」時間/10:00～11:00
◆音楽と一緒に楽しむ健康療法
ko.to.mo.（コトモ）
※講座終了後、健康相談（保健師）、介護相談（中央西地域包括支援センター）を行います。

◇防災啓発に関する展示
松本市赤十字奉仕団田川分団



★ 全３回のうち、いずれかの参加も可能です。
★ ２回目の開始時間は、午前１０時３０分です。

主催／松本市社会福祉協議会田川支会・田川地区まちづくり協議会
中央西地域包括支援センター

＜食生活改善推進協議会＞

男の料理教室

【当日の献立】
麻婆あんかけ焼きそば
高野豆腐入りナムル
ふんわりヨーグルトムース

11/25（水）
午前10:00-12:00
（受付：午前9：40）



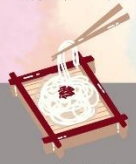
会　場：田川公民館調理実習室
参加費：無料
定　員：20名（先着順）
持ち物：エプロン・三角巾・手拭き・マスク
申込み：11月17日（火）までに田川公民館まで

＜通年講座のおしらせ＞



気楽に運動しよう
11月4日・18日[水]
午前10時～
会場：田川公民館大会議室
講師：塩原 静 さん

そば打ち講習会
講師：藤澤一吉さん



11月19日（木）午前10時～
要申込　開催2日前までに田川公民館へ

パソコン講習会
入門から　　実用まで

11月11日・25日[水]
午前10時～
場所：田川公民館視聴覚室
講師：今井 国雅 さん

田川ふれあいソフトボール会
11月4日[水]午前9時～
場所：両島浄化センター運動広場
今年度最後

