

中央地区縁日開催報告

令和7年8月8日（金）松本城大手門枳形跡広場にて、中央地区縁日が盛大に開催されました。今年で3回目を迎え来場者も年々増えており、地域の子供たち、観光客、学生、お仕事帰りの市民の皆さんに夏の城下町を楽しんでいただきました。また、酷暑の中、役員やボランティア、学生など約80名が会場設営や屋台準備を行いました。

協力感謝！！



カラフルな色どりで大人気



アツアツの肉巻きおにぎり
& フランクフルト



青山様だい！わっしょいこらしよ



華やかなぼんぼん行列



夜まで大盛況！！



不動の人気！
中央地区名物焼きそば

★アンケート募集★

皆さんから縁日の感想やご意見を募集しています。中央地区縁日をより良いものとするため建設的なご意見をお寄せください

アンケートは
↓こちら↓



日赤奉仕団中央分団研修

日赤奉仕団中央分団員の健康増進と地域住民の親睦を深めるため、ウォーキングと研修を行います。



- 日 時 令和7年9月12日（金）
- 集合時間 7：50 解散 16：30（予定）
- 集合場所 大手公民館前 ■参加費 4,000円
- 申込み 9月1日（月）9時から大手公民館窓口
または電話(0263-39-5711)で受付
- 定 員 10名（先着、中央地区住民かつ日
赤奉仕団員を優先します）
- 持ち物 飲みもの、帽子、山歩きできる服装、
雨具、昼食（必要な方）等

- 行 程
8：00 大手公民館発－松本IC－諏訪IC－
9：30 北八ヶ岳ロープウェイ（ウォーキン
グ・2時間）－12：00 スカイレストランこ
まくさ亭（昼食）－13：30 蓼科アミューズメ
ント水族館（見学）－諏訪IC－松本IC－
16：30 大手公民館

- 主 催 大手公民館 日赤奉仕団中央分団
中央地区スポーツ協会

大手公民館定期講座（後期スケジュール）

☆参加費無料、見学もできます☆誰でも何歳からでもお気軽にご参加ください。
公民館での「学び・体験」をとおして健康づくりに取り組みましょう！！
後期の日程（予定）は以下のとおりです。詳細は大手公民館までお問い合わせ
ください。

①フラダンス講座 ゆっくりとした動きでも、脳トレ、体幹に効果あり！

講 師 KIYOMI先生（フラダンスインストラクター）
実施日 9月8日（月） 10月27日（月） 11月18日（火） 12月8日（月）
1月26日（月） 2月9日（月） 3月9日（月）
時 間 10:30～11:30
持ち物 汗拭きタオル、飲料水、着替えなど
※パウスカート、レイは貸し出します。



②いきいき元気大学 リズム運動、脳トレ、ストレッチで健康づくり！

講 師 百瀬みどり先生（健康運動指導士）
実施日 9月1日（月） 9月29日（月） 10月6日（月） 11月17日（月）
12月1日（月） 12月15日（月） 1月19日（月） 2月2日（月）
2月16日（月） 3月2日（月） 3月16日（月）
時 間 9:30～10:45
持ち物 汗拭きタオル、バスタオル、飲料水



③健康アップ歌唱講座 声の出し方、表現方法を学び、健康アップ♪

毎回3～4曲、季節の歌や歌謡曲を歌います。
講 師 寄藤 明子先生
実施日 9月22日（月） 10月6日（月） 12月22日（月） 1月26日（月）
2月9日（月） 3月23日（月）
時 間 13:30～15:00



④簡単体操コース 「簡単」「やさしい」をテーマにした体操講座です

講 師 菅原 佳代子先生（NPO CFM実行委員会 インストラクター）
実施日 9月25日（木） 11月27日（木） 1月29日（木） 3月26日（木）
時 間 13:30～14:30
持ち物 運動のできる服装、タオル、飲料水



探しています！！昔の写真！



現在、大手公民館では、昔の土井尻界隈の街並みの様子が分かる
写真を探しています。年代は古ければ古いほどよいですが、昭和
後期程度までのものを探しています。写真等をお持ちの方がおら
れましたら、大手公民館までご連絡ください。



福祉ひろばコーナー

2025年9月1日

福祉ひろば Tel 39-5168

<chuou@fukushihiroba.com>

No.306



9月



日中は夏と変わらない暑い日が続きますが、日が落ちるのが少しずつ早くなってきましたね

今年は例年より猛暑・酷暑が長く続き、体力的にもきつかったのではないのでしょうか？

秋が近づくと、美味しいものもたくさん出てきますので、食べたいものをしっかり食べて体力回復に努めましょう

〈サロン・ひろば喫茶〉

9月11日(木) 午後2時~4時

飲み物おかわり自由 100円(お菓子付)

〈お当番〉

望月益栄さん 長谷川均さん

よろしくお願いします



《ふれあい健康教室》

9月18日(木) 午後1時30分~

健康づくり課・体力づくりサポーター共催

「フレイル予防講座②」
栄養と運動のお話



健康相談・血圧測定あります

9月のお当番は

町 会 長:山本文彦さん・中田充さん・高島素子さん

ボランティア部:吉崎麻樹さん

民 生 委 員:下澤照美さん よろしくお願ひします



〈中央っ子ひろば〉

9月17日(水) 午前10時~

ひろば開放日

お子様も大人もご利用可能です
ご自由にお使いください



〈ベビーマッサージ〉

10月1日(水) 午前10時~

対 象:3ヶ月~ハイハイくらいまでの赤ちゃん
親子15組

持ち物:バスタオル・水分補給の飲み物

講 師:丸の内病院の助産師さん

申込締切:9月26日(金)39-5168ひろばまで



〈スマホ相談会〉

① 10月 6日(月) 午前10時30分~

② 10月 20日(月) 午前10時30分~

※申込不要



スマホの何がわからないのかが、わからない...

...でも 大丈夫!来てみて、知りたかったことが
わかることもありますよ

・LINE お友達登録 電話のかけ方
スタンプ アルバム など

・Google 地図経路検索 キャッシュ
レス決済など

スマホに関する相談ならなんでもOK!!

時間内なら入退場自由です

ご都合のよい時間にお越しください

※9月は1日(月)・8日(月)です