



波田まちづくり協議会サイト  
「はたみみ.net」

### つむぎちゃんサポート会員 研修・交流会開催

7月8日(火)、波田公民館において、松本市社会福祉協議会の有償サービス「つむぎちゃんサポート」に登録いただいている波田・梓川地区の協力会員合同で、研修会兼交流会を開催しました。

研修には、日赤奉仕団波田分団の皆さんを講師に迎え、有事の際の炊き出し支援を目的に、ハイゼックス(炊飯袋)を用いた炊飯方法を学ぶとともに、カレーを一緒に作り食べながら、会員同士の意見交換会を行いました。

現在のところ、梓川地区のサポート会員登録者数が少ないため、波田地区の会員が応援に出向いています。双方の地区会員が交流を深めながら、今後も高齢者の自立生活支援を行っていきます。



(炊飯方法を学ぶ様子)

### 波田中央運動広場 移設後の新施設概要

松本市立病院の移転に伴い移設することになった「波田中央運動広場」の新施設概要をお知らせします。

移設場所は波田保健福祉センターの南側隣接地です。工事は令和8年1月頃に着工し、令和8年12月の完成を予定しています。

施設規模等は次表のとおり、駐車場スペースも広くとられ、これまでの施設と同様のスポーツ競技を行うことができる面積が確保されています。

この施設が、地域住民の健康増進やスポーツを通じた交流の場として、大いに活用されることを期待します。



(新施設の完成予想図)



施設概要	項目	既存施設(波田駅前)	新施設	説明
	面積	9,076㎡	9,076㎡	14,464㎡
駐車場	5台	5台	61台	・障がい者専用台数含む
照明	水銀灯(6基)	水銀灯(6基)	LED灯(6基)	・光漏れの少ない製品を導入
トイレ	男・女	男・女	男・女・多目的	・男(小3、大1)、女(3)、多目的(1)、AED設置
防球ネット	高さ 約1.4m	高さ 約1.4m	高さ 約14.9m	・防砂ネットを取付け
軟式野球	大人1面又は少年2面	大人1面又は少年2面	大人1面又は少年2面	・固定式バックネット(北西)
ソフトボール	2面	2面	2面	・可動式バックネット(南東)
サッカー	大人1面又は少年2面	大人1面又は少年2面	大人1面又は少年2面	・可動式サッカーゴール

【お知らせ】 波田地区 地域づくり講演会 (波田地区「絆づくり推進会議」主催)

### 『人生100年時代の健康心理学 - 老いをちょっぴり楽しむための、心の健康の秘訣! ? - 』

- 日時 9月27日(土) 午後2時00分~午後3時30分
- 場所 波田公民館 大会議室(2階)
- 講師 齊藤 茂氏(松本大学 准教授 人間健康学部スポーツ健康学科長 臨床心理士)



【司法書士無料法律相談】「法の日」にあわせ、「県下一斉司法書士無料法律相談」の相談所を開設します。



- ◆ 日時 10月1日(水) 午後1時~午後3時
- ◆ 場所 波田公民館 第1・第2会議室(2階)
- ◆ 相談内容 不動産の登記、相続、多重債務など
- ◆ 申し込み 波田支所 ☎92-3001 (先着8名 締め切り9月30日(火) 正午)

令和7年度

9月号

# こちら波田公民館案内です！

発行・問合せ先 波田公民館 TEL92-2268 Fax92-7111

教養講座 <連続2回>

## 「寄木細工でコースターを作ろう！」



様々な樹木が持つ自然の色を活かし、それぞれ集めて幾何学模様を作り出す技術、それが寄木細工です。その名の通り「木を寄せ集めて」作る工芸品のことです。今回は一番基本となるプレート状のコースターを作ります。ぜひご参加ください！



日時：【1回目】10月2日(木) 【2回目】10月9日(木)

10:00~12:00

場所：波田公民館 中会議室 / 講師：児玉 秀雄さん

持ち物：布製手袋(薄手のもの)、エプロン(汚れてもよい服装)

参加費：1,000円(1回目にご用意ください) / 定員：15名

申込：窓口またはお電話でお申込みください

締切：9月24日(水)

② 2回連続でご参加ください。どちらか1回では完成しません。



[作品イメージ]

再掲載



教養講座 全4回シリーズ！

## 「あふれる歌声公民館♪」

参加無料

～歌って・踊ろう！！～

今年の歌声講座は、ポップな曲にのせて、かんたんな振り付けを入れながら、楽しく軽やかに歌を唄います♪心を解き放って！歌う楽しさを満喫しましょう。

日時：9月10日(水) から月1回 以降毎月第2水曜日  
12月まで全4回 13:30~15:00

場所：波田公民館 大会議室

講師：杉本 裕子 さん(音楽療法士・ボイストレーナー)

持ち物：のどを潤す飲み物

申込：窓口またはお電話でお申込みください

締切：9月8日(月)

## 体験見学会開催予告！ 公開「竹の子教室」



参加無料

2・3歳児とその保護者を対象に、毎年5月から11月までおこなわれている親子教室「竹の子教室」の体験見学会を開催します！お気軽にお出かけください。



### 参加者募集

日時：10月28日(火) 10:00~11:30

場所：波田体育館アリーナ ※受付9:45~

対象：1~2歳児と保護者

※ 詳細は10月号、各種チラシ、HPをご確認ください。



★当日のプログラム予定★

- ①毎回の運動と手遊び
- ②タッチケア・ふれあい遊び
- ③お楽しみお話し会(今年ご参加の皆さんとの交流会)

## ～ 令和7年度 波田文化祭・福祉ひろばまつりのお知らせ ～



テーマ：まほろばに ひびく笑顔の はた日和 -人も文化も笑顔も、ここに。-

日時：10月25日(土)、26日(日) 9:00~16:00 (最終日は15:00まで)

会場：波田公民館屋内・外

※詳細は10月号の広報でご案内します



- ※ 上記の講座等は天候や諸事情などにより、中止または内容が変更になる事があります。
- ※ お申し込み後にやむを得ずキャンセルされる場合は、ご連絡いただきますようお願いいたします。その際、講座によってはキャンセル料が発生することがあります。ご了承ください。

# 波田福祉ひろばだより

令和7年9月1日発行 N0174 波田地区福祉ひろば事業推進協議会

波田地区福祉ひろば TEL 92-8001



ふれあい  
健康教室

## 三二運動会

チーム対抗 みんなで体を動かし楽しみましょう

チームリーダー：男衆のひろばの皆さん ☆参加賞・景品あり

《日時》

9月25日(木) 午前9時30分～11時30分

受付 午前9時15分～9時30分

当番町会：6区・20区町会の皆様、よろしくお願ひします。

※お飲み物は用意してありますが、持ち込み可能です。

《申込み》

期間：9月1日(月)～9月5日(金)

時間：午前9時～午後5時まで

☎ 92-8001

## おいでよ!ひろば & おしゃべりカフェ

《日:9月12日(金)》

☆三 おいでよ!ひろば

午前10時～11時30分

場 所：波田保健福祉センター 教養娯楽室

内 容：自分の体の様子を確認してみよう!

「インボディ測定」(健康づくり課)

エルダーで脳トレ・軽体操

持ち物：水分補給用の飲み物

☆三 おしゃべりカフェ

午前11時～午後1時

場 所：波田保健福祉センター ふれあいホール

料 金：150円 ※お菓子付き

メニュー：コーヒー・カフェラテ・紅茶・緑茶等

《パンの販売があります》

午前11時40分～11時55分

「松本ひよこ」の方が作ったパンです。

ご希望の方はご購入ください。



### 9月出前ふれあい健康教室予定

9月 4日(木) 午後1時30分～3時 17区

9月10日(水) 午後10時～11時30分 3区

9月18日(木) 午前10時～11時30分 24区

※詳しくは町会回覧をご覧ください。

※上記の事業は中止、または変更させていただく場合があります。

ご了承ください。

## この指とまれ

毎週火曜日 午前10時～11時30分

9月 2日 ひろばまつり準備

9月 9日 //

9月16日 折り紙(タリア)

講師：はなおりの会

9月30日 ひろばまつり準備

※ 初めて参加を希望される方は福祉ひろばにご連絡ください。



## 未就園児親子交流会 ふれあいタイム

日時:9月11日(木)

午前10時～11時30分

場所:波田保健福祉センター

教養娯楽室

食生活改善推進員さんの協力で  
簡単なおやつ作りをします。  
出来るお子様は一緒に作りましょう。

☆こねこねクッキング

- ・かぼちゃもち
- ・かぼちゃゼリー

材料費:親子100円

持ち物:エプロン・三角巾・お子様に必要なもの

お申し込みは9月5日(金)までに福祉ひろばへ

※アレルギーが心配な方はご遠慮ください。

(使用材料:かぼちゃ・牛乳(豆乳)・豆腐・青のり・片栗粉)

～波田地区保健師さん健康相談日～

9月11日(木)・9月25日(木)



令和7年9月

# 波田地区まちづくりカレンダー

\* 内容等詳細は、各担当の☎へ。

日	曜	波田公民館 ☎92-2268	波田地区福祉ひろば ☎92-8001	地域のあれこれ
1	月		・ヨーガ教室ひの木 10:00~11:30	(図書館休館日)
2	火	・青少年育成講座「竹の子教室」 10:00~11:30	・この指とまれ 10:00~11:30	・まちづくり協議会 あいさつ運動 7:30~8:00 (循環バス運行部会)
3	水		・スポーツ吹き矢 9:30~11:30 ・健康麻雀サークル 13:00~16:00	・まちづくり協議会 あいさつ運動 7:30~8:00 (循環バス運行部会)
4	木		・17区出前ふれ健 13:30~15:00	
5	金	・健康・環境講座「秋の『下の段』散策ウォーク 押出~下島」 8:00~11:30(福祉ひろば共催) ・竹の子教室 10:00~11:30		・FMまつもとラジオ「Hata79.1」 18:00~18:15
6	土			
7	日	(休館日) ・町内公民館対抗バレーボール・マレットゴルフ大会		
8	月		・ヨーガ教室ひの木 10:00~11:00	(図書館休館日)
9	火	・竹の子教室 10:00~11:30	・この指とまれ 10:00~11:30	波田のラジオ番組です♪ 毎週金曜日の夜、耳を傾けてみてください。
10	水	・教養講座「あふれる歌声公民館」① 13:30~15:00	・3区出前ふれ健 10:00~11:30 ・健康麻雀サークル 13:00~16:00	
11	木		・子育て支援 ふれあいタイム 10:00~11:30	
12	金	・竹の子教室 10:00~11:30	・おいでよ!ひろば 10:00~11:30 ・おしゃべりカフェ 11:00~13:00	・FMまつもとラジオ「Hata79.1」 18:00~18:15
13	土			
14	日			
15	月			・例大祭 三神社(森口)①
16	火	・竹の子教室 10:00~11:30	・この指とまれ 10:00~11:30	・例大祭 三神社(森口)② (図書館休館日)
17	水		・スポーツ吹き矢 9:30~11:30 ・健康麻雀サークル 13:00~16:00	
18	木		・24区出前ふれ健 10:00~11:30	
19	金	・竹の子教室 10:00~11:30	・おしゃべりサロン 10:00~11:30	・波田図書館 おはなしの会 10:30~ ☎92-7503 ・FMまつもとラジオ「Hata79.1」 18:00~18:15
20	土			
21	日	(休館日)		
22	月		・ヨーガ教室ひの木 10:00~11:30	・例大祭 波多神社(上波田)① (図書館休館日)
23	火			・例大祭 波多神社(上波田)②
24	水		・健康麻雀サークル 13:00~16:00	(図書館休館日)
25	木		・ふれあい健康教室 9:30~11:30	
26	金	・教養講座「遊YOU大学」④バス研修② 8:00~16:00 ・竹の子教室 10:00~11:30	・おしゃべりサロン 10:00~11:30	・FMまつもとラジオ「Hata79.1」 18:00~18:15 (図書館休館日)
27	土			・例大祭 諏訪神社(中波田)①
28	日			・地域づくり講演会 14:00~15:30 ・「お寺で音流ヨガ」 19:30~20:30 ※要予約
29	月			・例大祭 諏訪神社(中波田)②
30	火	・竹の子教室 10:00~11:30	・この指とまれ 10:00~11:30	(図書館休館日)

詳細は「まちづくり通信9月号」をご確認ください。

## 令和7年10月

1	水		・スポーツ吹き矢 9:30~11:30 ・健康麻雀サークル 13:00~16:00	「法の日」司法書士無料相談 13:00~15:00 【要予約】 限定8枠(1枠:30分) ☎92-3001
2	木	・教養講座「寄木細工でコースターを作ろう」① 10:00~12:00	・梓川高校交流会(男衆のひろば) 11:15~12:05	
3	金	・青少年育成講座「竹の子教室」 10:00~11:30	・おしゃべりサロン 10:00~11:30	・FMまつもとラジオ「Hata79.1」 18:00~18:15
4	土			
5	日			
6	月			(図書館休館日)
7	火	・竹の子教室 10:00~11:30	・この指とまれ 10:00~11:30	
8	水	・教養講座「あふれる歌声公民館」② 13:30~15:00	・スポーツ吹き矢 9:30~11:30 ・健康麻雀サークル 13:00~16:00	
9	木	・教養講座「寄木細工でコースターを作ろう」② 10:00~12:00		
10	金	・竹の子教室 10:00~11:30	・おしゃべりサロン 10:00~11:30	・FMまつもとラジオ「Hata79.1」 18:00~18:15

### 【波田循環バス運行日】

東部路線・西部路線(下の段): 毎週火曜日・水曜日・金曜日  
中部路線・西部路線(上の段): 毎週月曜日・水曜日・木曜日



波田循環バス

「お寺でヨガ」は予約制となっています。  
申込先: ゆめあかり ☎090-5558-5833  
QRコードからも予約できます!

