

白板地区だより 4月号

1P 協議会から
2P 公民館から
3P 福祉ひろばから
4P 行事カレンダー

発行：白板地区住みよい町づくり協議会 <通算第44号>

発行日：令和4年4月1日

事務局：白板地区地域づくりセンター 〒390-0875 松本市城西 1-6-17-3 白板地区公民館内 電話 35-7740



白板地区住みよい町づくり協議会（通称：住み協）の重点目標は

「白板地区をつなぐ！顔の見える関係づくり」です。

令和4年度になりました。今年も住み協は、住民がお互いに助け合い、安心して、いきいきと暮らすことができる白板地区をめざし、地区内の団体・組織が連携して、様々な課題の解決に向けて活動していきます。住み協には、防災隊、すこやか隊、つながり隊の3つの部会があります。



◎ 令和4年度にむけ、拡大役員会を開催

白板地区公民館で3月3日、住み協の拡大役員会を開催しました。本来は、全委員に集まっていただく全体会を開催する予定でしたが、新型コロナウイルス感染症対策のため、人数を絞って開催しました。会議では、令和3年度事業の総括と令和4年度の活動の方向性について協議しました。

令和3年度は、全体的にコロナ禍にあり、当初予定していた事業が思うように実施できず、協議会や町会などでも直接集まる機会があまりありませんでした。

そこで、令和4年度についても、住み協の重点目標は『白板地区をつなぐ！顔の見える関係づくり』とすることになりました。

この目標に向かって、3部会がそれぞれどのように活動するかを考え、新たな白板地区の「つながり」をつくり上げていくこととしました。

皆さんも、ぜひこの取り組みに参加していただき、お互いに助け合いの「わ(和)・輪」を広げていきましょう。

【令和4年度 活動の方向性】

※具体的な内容については、新年度に開催される各部会で協議する予定です。

部会	目標	活動の方向性
防災隊	共助の仕組みづくり	<ul style="list-style-type: none"> ○講演会、研修会・学習会の開催 ○町内公民館等での啓発、防災マップの見直し ○シェイクアウト訓練への参加 ○防災備品等の整備・購入の検討
すこやか隊	3本柱の充実 (100 えんカフェ、買い物支援、担い手づくり)	<ul style="list-style-type: none"> ○100えんカフェの事業拡大、充実 ○買い物支援、移動支援事業の研究・活用 ○担い手づくり(既存資源の調査、研修会等) ○地域ケア会議の開催
つながり隊	子どもの支援と 住民同士の交流の充実	<ul style="list-style-type: none"> ○見守り活動に関する講習会等の開催 ○見守り活動の意義の再確認(協力者増) ○地区内の危険箇所に関する講座等の啓発事業 ○「焼き芋大会」にむけた地区団体との協働



※「白板地区だより」は、松本市ホームページでもご覧いただけます。『白板地区だより』で検索!!

公民館からののお知らせ

白板地区公民館
☎ 35-7740
FAX 36-5497

※講座は新型コロナウイルス感染拡大状況によっては中止する場合があります。
各講座の申込みは申込み開始日、期間をご確認のうえお申込みください。

4月・5月の講座案内

申込み
連絡先 **白板地区公民館** 電話 35-7740
(平日 9:00~17:00)

4月
開講

新・岳都講座

— ウェストンと上高地 —

開講日時 4月18日(月) 13:30~15:30
会場 白板地区公民館 2階 視聴覚室
内容 ウェストンに関する内容や、上高地の歴史・植物について学びます。また、現地学習会も予定しています。
参加費 無料
講師 内藤哲夫(白板地区公民館長)
定員 10名(先着順)
申込み 4月7日(木)~ 上記連絡先へ
年間スケジュール(予定) ※原則第3月曜日

4月18日(月)	5月16日(月)	6月20日(月)
7月11日(月)	8月1日(月)	8月22日(月)
9月26日(月)	10月17日(月)	11月21日(月)
1月16日(月)	2月20日(月)	3月20日(月)



「本気の」ラジオ体操

~本気でラジオ体操やってみませんか?~

体重50kgの人が15分間ラジオ体操を行うと、50~60kcal消費されるそうです。手軽にできるラジオ体操で、心も体も健康になりましょう!

日時 **4月20日(水)** 9:30~10:30

場所 白板地区公民館 1階 大会議室

定員 15名(先着順)

内容 ラジオ体操の効果的な動きを学ぶ。

参加費 無料

持ち物 上履き、動きやすい服装、タオル、飲み物

申込み 4月6日(水)~ ※上記連絡先へ

ゆるやかラジオ体操

もいかがですか?

公民館では“ゆるやかに”ラジオ体操も行っています。お散歩やウォーキングの際にお立ち寄りください。

活動日 毎週水曜日 9:00~(祝日はお休み)

公民館駐車場



端午の節句

重要
文化財

馬場家住宅見学

★企画展「古民家を彩る押絵雛」と施設の見学と学芸員のお話を聞きます。

日時 **5月18日(水)** 9:30 出発

集合場所 白板地区公民館

行先 馬場家住宅

定員 12名(先着順)

参加費 無料

申込み 4月12日(火)~

※上記連絡先へ



重要文化財 馬場家住宅



文化委員会から **五月飾り展示中**

公民館所蔵の五月飾りをホールで展示しています。ご自由にお越しください。

展示期間

6月8日(水)まで
平日8:30~17:00



※昨年度の展示

図書視聴覚委員会
からお知らせ

図書の入替えを行いました!

新しい図書は多目的室に設置しています。自由に閲覧してください。また、貸出しも行っていますので、公民館窓口までお越しください。

福祉ひろばから...

(No.261)白板地区福祉ひろば事業推進協議会
白板地区福祉ひろば
電話・FAX 33-4168

★コロナウイルス感染拡大にともない、ひろば事業、イベントを急遽中止する場合があります。ご不明な点は、福祉ひろばまでお問い合わせください。

【ひろば利用時のお願い】

- ・体調のすぐれない方、熱や咳のある方はご遠慮ください。
- ・マスク持参、咳エチケット、活動前後の手洗い等にご協力ください。



手洗い・マスク・換気

4月のふれあい健康教室 ビンゴ大会！！

(当番:企画委員 集合は午前9時30分です)

ビンゴで楽しく
過ごしましょう！



日時 4月15日(金) 午前10時～

定員 先着20名(先着順)

問い合わせ・申し込みは福祉ひろばまで(33-4168)

健康相談・血圧測定もあります。(保健師来館)

健康サロン

時間：午前9時30分～ 持ち物：タオル・飲み物

5日(火)・19日(火)……いきいき百歳体操

11日(月)・25日(月)……ひざ痛・転倒予防体操

『いきいき百歳体操』とは？
手首や足首におもりをつけて椅子に座って
ゆっくりと行う筋力運動の体操です。
高知市が発祥で全国の各地で実施されてい
ます。

100えんカフェ (午前10時～午後3時)

今月は屋外でいかがですか？※雨天時はひろば室内で。

14日(木) おさんぽカフェ

10時ひろば集合・出発 13時頃解散

松本城まで(お花見)散歩。途中、コンビニなどで買い物してお城でランチはいかがですか。(お弁当持参でもOK)



28日(木) お庭カフェ

ゆったりゆっくりくつろぎながら...

♡わいわいおしゃべり、じっくり読書、さくさくクラフト

♡保健師による健康相談、血圧測定があります。(10時～11時)



要申込

子育て支援事業
(0～3歳児対象)



ハッピーキッズ

今月は
自由開放日

大きい紙芝居もあります

日時 4月20日(水) 午前10時～
定員 10組(先着順)

申込み 4月11日(月)から
申込み先・問合せ

白板地区福祉ひろば 33-4168
回覧ちらしもご覧ください。



要申込

小さな お花アレンジ

4月13日(水) 午前9時30分～

お花の準備がありますので、参加する方は事前にお申込みください。

締切 4月8日(金) 正午



【行事カレンダー】 4月 白板地区の主な予定

日	曜日	福祉ひろばでの事業・活動	時間	公民館、地域の事業・活動	時間
1	金	ほっとタイム（ひろば1日開放日）			
2	土				
3	日				
4	月	ハンドベル	10:00	【公】ひな飾り（最終日）	
5	火	健康サロン（百歳体操）	9:30		
		囲碁・将棋・マージャンの日	13:30		
6	水	民生委員・児童委員協議会定例会	9:30	【公】ラジオ体操	9:00
		絵てがみ	13:30		
7	木	大人のぬり絵	9:30		
8	金	お習字の基礎	9:30	ふれあい会（折井町）	10:00
				【公】暮らしの花講座	13:30
9	土				
10	日				
11	月	健康サロン（ひざ痛・転倒予防体操）	9:30		
		福々会（ハーモニカ）	13:30		
12	火	カラオケの日	9:30	ミニふれあい健康教室（宮淵新橋）	10:00
		囲碁・将棋・マージャンの日	13:30		
13	水	小さなお花アレンジ	9:30	【公】ラジオ体操	9:00
14	木	100えんカフェ（10:00～15:00）			
15	金	ふれあい健康教室（ビンゴ大会） 当番：企画委員会	10:00		
16	土				
17	日				
18	月	絵てがみ	9:30	【公】ウエストンと上高地講座	13:30
19	火	健康サロン（百歳体操） 健康運動指導士来館	9:30		
		囲碁・将棋・マージャンの日	13:30		
20	水	ハッピーキッズ	10:00	【公】ラジオ体操	9:00
		きり絵	13:30	【公】本気のラジオ体操講座	9:30
21	木	（職員会14:45～職員不在）			
22	金	にこにこ会（清拭布づくり）	9:30	【公】健康吹き矢講座	14:00
23	土				
24	日				
25	月	健康サロン（ひざ痛・転倒予防体操）	9:30		
		福々会（ハーモニカ）	13:30		
26	火	カラオケの日	9:30		
		囲碁・将棋・マージャンの日	13:30		
27	水			【公】ラジオ体操	9:00
28	木	100えんカフェ（10:00～15:00）			
29	金	*昭和の日		【公】公民館委員委嘱状交付式	14:30
30	土				

5月

1	日			【公】=白板地区公民館主催 【町】=白板地区町会連合会主催 【ス】=白板地区スポーツ協会主催 【育】=白板地区子ども会育成会主催 【 】なし=白板地区福祉ひろば主催
2	月	ハンドベル		
3	火	*憲法記念日		
4	水	*みどりの日		
5	木	*こどもの日		