



# ことぶき公民館なう！

NO. 110

公民館事業は、新型コロナウイルス感染症対策を行いながら開催しています。講座ごとに中止の判断をした場合は、申込みされた方にご連絡いたします!!

ニュースポーツで遊ぼう！

## 第6回ニュースポーツ体験会

寿公民館で活動している《ニュースポーツを楽しむ会》の皆さんがわかりやすく教えてください。小さなお子様からご年配の方まで、ご家族でどうぞお気軽にお出かけください！

日時	10月23日(日) 9時～12時
会場	寿体育館
内容	当日のお楽しみ！
持ち物	飲み物(水分補給用)・上履き・タオル・マスク着用
申込み	10月20日(木)までに寿公民館へ

参加費無料

## 老い支度講座

～「自己点検ノート」を使って老いの準備運動をしよう～

老い支度講座は、「上手に老いるための自己点検ノート」の活用の仕方を学び、ご自身の老後を見つめなおす機会を提供します。たとえ、認知症になっても「顔を立ててくれるケア」を受ける準備や、人生の最終段階の医療の考え方を今のうちに整理してみませんか？

日程	10月25日(火) 時間 14時00分～16時00分 10月26日(水) 時間 9時30分～11時30分
場所	寿地区福祉ひろば
持ち物	筆記用具、マスク
講師	石黒 秀喜 さん(老い支度クリエイター)
参加費	無料
申込み	電話、メール、または窓口で寿公民館へお申し込みください。
主催	寿地区地域づくり協議会 福祉部会、寿地区福祉ひろば

各日  
先着25人！

## 寿地区事業中止のお知らせ

10月16日(日)に計画されていた寿スポーツフェスティバルについて、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、中止することを決定しました。楽しみにしていた皆様には大変申し訳ございませんが、ご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

# 第45回寿地区文化祭協賛事業

協賛事業の開催判断については、協賛事業の主催団体が行います。  
文化祭を中止とした場合は、各主催団体の単独事業とします。

- 寿地区史跡めぐり 小池コース 10月29日(土) 8時30分～  
※詳細は回覧をご覧ください。
- 寿子ども会育成会かかし祭り 公民館東側たんぼ畦 10月末より展示開始
- グランドゴルフ大会 白川農村公園 11月 4日(金) 9時00分～
- マレットゴルフ大会 百瀬神社 11月 5日(土) 8時30分～
- 寿子ども会育成会かかし祭り表彰式 寿体育館 11月12日(土)10時00分～

◇いずれも寿公民館(☎58-2038)へお申込みをお願いします。

## 子育て支援 192サロン おぼっこぼっこさんのお話会

日にち 10月18日(火) 10時00分～(受付は9時30分～)  
場所 寿児童センター・つどいの広場  
内容 人形劇やパネルシアターを楽しみます。  
講師 おぼっこぼっこの皆様  
参加費 無料  
申込み 電話、メール等で寿公民館へお申し込みください。



先着10組!

## その他講座・事業案内

・担当保健師育児・健康相談日程 10月 3日(月) 9:30 ~ 11:00 和室  
11月 1日(火) 9:30 ~ 11:00 和室

健康づくり課の保健師が健康相談、育児相談を行います。

・寿古文書読解講座(第5回) 10月17日(月) 14:00 ~ 16:00 大会議室  
「百人一首を学ぶ」「江戸時代の寿の出来事」について古文書を読み解きます。  
講師：青木 教司 さん

・スマートフォン講座 10月13日(木) 9時30分～10時30分  
9月に募集しましたが、若干名空きがあるため、興味がある方はお申し込みください。  
内容はLINEを楽しく使おうです。

各種お申し込み・お問い合わせは寿公民館へお願いします。

申し込み・問い合わせ

寿公民館

TEL 58 - 2038 FAX 85 - 1099

メール kotobuki-k@city.matsumoto.lg.jp

寿公民館なうは、松本市ホーム  
ページでもご覧いただけます！  
右記の二次元コードを読み取るだ  
けで簡単にアクセスできます！



福祉ひろばだより 裏面参照