

白板地区だより 12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52号>

発行日：令和4年12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。

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のできる白板地区をめざし、地区内の団体・組織が連携して、様々な課題解決に向けて活動しています。

防災隊、すこやか隊（高齢者支援）、つながり隊（子供・広報・交流）の3つの部会があります。

平時の活動こそ、減災力 ～防災講演会を開催～

防災隊



白板地区公民館で11月15日、NPO法人さくらネット代表理事・石井布紀子氏を迎え、「災害への日ごろの備えと発災時の避難」と題し、防災講演会を開催しました。

石井さんは、平成7年に発生した阪神淡路大震災の際に被災し、被災地の要援護者支援などに関わり始めました。その後、松本市の防災計画をはじめ、兵庫県や内閣府など、様々な会議の委員・アドバイザーを経て、現在は地域福祉の視点に立つ防災・減災の取組みを推進しています。

石井さんは、被災後に多くの被災地を訪ねた経験から、①平時につないだ「ささえあい防災マップ」が発災時に命を守る力だったこと、②日ごろからの声かけ、「ささえあい・福祉活動」「お祭りほかの地域活動」が被害を減らす力だったことを挙げ、そして③「『助けて』と言いやすい、ささえあい減災地域を、子どもたちとともに笑顔で作っていきましょう」と話しました。

今回の講演会は、新型コロナウイルス感染症の影響を考慮して、住み協や防災・福祉関連団体を対象に開催しました。



福祉ひろばの「100えんカフェ」へ

すこやか隊

10月27日は、放光寺町会にお住いのシンガーソングライター・中田芳典さん（ボーカル、ドラム）とピアノのデュオによるミニコンサートを開催しました。中田さんのオリジナル曲のほか、秋にちなんで「紅葉」、美空ひばりの「川の流れのように」をみんなで歌いました。

中田さんは多才な方で、後半は「あおぼし亭よし吉」名義の、落語「締め込み」を披露。主人の勘違いに困る空き巣を軽快な語り口で演じ、ひろばを訪れた参加者は、江戸時代へのタイムスリップをしばし楽しみました。



※ 住み協で、動画チャンネルを開設しました。You Tube から『白板住み協』『白板歴史』で検索!!

公民館からのお知らせ

白板地区公民館

☎ 35-7740

FAX 36-5497

shiraita-k@city.matsumoto.lg.jp

イベント・講座案内

12月

- ◎ 講座の参加申し込み・お問い合わせは白板地区公民館（上記連絡先）まで。
- ◎ 諸事情によりイベント・講座を予告なく延期または中止する場合があります。

文化伝承講座 しめ飾りづくり

新しい年に願いを込めて、しめ飾りを手作りしませんか？

日時 **12月22日(木) 13:30~**

場所 白板地区公民館 2階 会議室

講師 青木 勝 さん

定員 10名(先着順)

参加費 400円(材料費として)

持ち物 ペンチ・ハサミ(お持ちの方)

申込み **12月5日(月) 9:00~** 上記連絡先または右のQRコードから

※定員になり次第締め切ります



初心者でも
丁寧に教えて
いただけます



一緒に作って
みませんか？

公民館館長が実演！「ごぼうじめ」「輪じめ」

下記期間中、公民館館長が「ごぼうじめ」「輪じめ」を作ります。「しめ飾りづくり」講座に初めて参加される方や興味のある方、館長の手ほどきで「ごぼうじめ」「輪じめ」を作ってみませんか？

見学希望・一緒に作りたい方は日程調整しますので、事前に電話でお申込みください。

期間 **12月12日(月)~12月22日(木)の平日**

9:30~11:00、13:00~15:00の間で要相談

場所 白板地区公民館 1階 多目的室

参加費 無料

申込み 白板地区公民館(35-7740)まで

希望日時を事前に電話でお申込みください。



「スマホ」なんでも相談

スマートフォンに関するちょっとしたお悩みや気になることなど、お気軽にスマホ相談員にご相談ください。申込みは不要です。下記日時でご都合の良い時間にお気軽にお越しください。

日時 12月7日(水)、21日(水)
いずれも10:00~12:00

場所 白板地区公民館 会議室



丸ノ内スポーツクラブ主催

クリスマス会

開催日 12月18日(日)

場所 白板地区公民館

詳細は「丸ノ内スポーツクラブ」

からのお知らせをご覧ください



年末年始休館のお知らせ

12月29日(木)~1月3日(火) は年末年始のため休館となります。

福祉ひろばから...

(No.269)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。



12月16日(金)
午前10時~11時30分
クリスマス会



ふれあい健康教室

- ◇ハーモニカ・ハンドベル
有志の演奏・コラボもあり、参加者も体験
- ◇東昌寺・飯島恵道さん率いる楽団薬師丸の演奏
当番:全員



ひろばの事業は午前9:30~(一部10:00~)、午後1時30分~です。利用の皆さまのご協力をお願いします。

100えんカフェ (午前10時~午後3時)

12月8日(木) (10時~11時)
和紙てまり
ワークショップ
木製たまごに和紙を貼る
信毎松本専売所

12月22日(木)
おいしい紅茶と
コーヒーのひと時
おしゃべりのテーマ
「お生まれの方言を教えてください」



★どなたでもお好きな時間に来て自由にお過ごしください

★100円(セルフサービス)でドリンクバー&お菓子をいただけます

健康サロン

時間 : 午前9時30分~
持ち物 : タオル・飲み物

12月6日(火)・20日(火)....「いきいき百歳体操」

12月12日(月)・26日(月)....「ひざ痛・転倒予防体操」

健康マー جانを一緒に

- ・毎週火曜日午後1時30分から、指先の運動、脳トレと良い事尽くしの健康マー جان開催中!!
- ・高齢者・女性 大歓迎
- ・初心者には第1・第3(火)に地元の上手な方がやさしく教えてくれます



(0~3歳児対象)



手づくりクリスマス

クリスマスリースをつくろう

日時 12月21日(水)午前10時~

定員 10組(先着順)

回覧ちらしもご覧ください

申込み 12月8日(木)~(定員になり次第締切り)

申込み先・問合せ 白板地区福祉ひろば 33-4168

要
申
込

要
申
込

12月は クリスマスのお花 です

12月14日(水) 午前9時30分~

定員は15名です。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 12月7日(水) 正午

小さなお花
アレンジ



出張100えんカフェ
@地域ケア会議 白板マルシェ
12月24日(土)
白板地区公民館内
交流スペースにおいて
折り紙ワークショップ

【行事カレンダー】 12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	木	大人のぬり絵	9:30		
2	金	ほっとタイム (ひろば1日開放日)			
3	土				
4	日			【育】親子料理教室	
5	月	ハンドベル 大掃除&クリスマス飾り付け	10:00		
6	火	健康サロン (百歳体操) 囲碁・将棋・健康マージャンの日	9:30 13:30		
7	水	民生委員・児童委員協議会定例会 絵てがみ	9:30 13:30	【公】ラジオ体操 【公】スマホなんでも相談	9:00 10:00
8	木	100えんカフェ			
9	金	お習字の基礎 いきいき健康ひろば(JTRC)	9:30 13:30		
10	土				
11	日				
12	月	健康サロン (ひざ痛・転倒予防体操) 福々会 (ハーモニカ)	9:30 13:30	出前ふれあい健康教室 (白板中)	10:00
13	火	カラオケの日 囲碁・将棋・健康マージャンの日	9:30 13:30	出前ふれあい健康教室 (宮渕新橋)	10:00
14	水	小さなお花アレンジ	9:30	【公】ラジオ体操	9:00
15	木	(職員会14:45~職員不在)			
16	金	ふれあい健康教室 クリスマス会 当番:全員	10:00		
17	土				
18	日				
19	月	絵てがみ	9:30		
20	火	健康サロン (百歳体操) 囲碁・将棋・健康マージャンの日	9:30 13:30		
21	水	ハッピーキッズ きり絵	10:00 13:30	【公】ラジオ体操 【公】スマホなんでも相談	9:00 10:00
22	木	100えんカフェ		【公】文化伝承講座 しめ飾りづくり	13:30
23	金	にこにこ会 (清拭布づくり) 体力づくりサポーター地区集会	9:30 13:30	【公】健康吹き矢講座	14:00
24	土			地域ケア会議 白板マルシェ	
25	日				
26	月	健康サロン (ひざ痛・転倒予防体操) 福々会 (ハーモニカ)	9:30 13:30		
27	火	カラオケの日 囲碁・将棋・健康マージャンの日	9:30 13:30	【公】暮らしの花講座	13:30
28	水			【公】ラジオ体操	9:00
29	木	年末年始休み (12/29~1/3)			
30	金				
31	土				

1月

1	日	年末年始休み		【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			
3	火			
4	水	民生委員・児童委員協議会定例会/絵てがみ		
5	木	大人のぬり絵		