



## 「あいさつ・声かけ運動」実践講座開催のお知らせ

【主催】 素敵なまち島立しぐさ実践チーム  
 【共催】 小柴町会、町区町会、永田町会  
 【協賛】 島立地区町会連合会  
 【日時】 12月17日（日）13:30～15:30  
 【会場】 島立公民館

【内容】 島立地区は人と人の心をつなぐ、素敵な・温かい「あいさつ・声かけ運動」を全住民あげて推進しています。この運動をさらに進めるための実践講座を今回は小柴、町区、永田町会の皆さんを対象に開催します。お父さん、お母さん、お子さんも、対象町会に限らず、地域の皆さんお誘い合ってお越しください！

【講師】 NPO法人江戸しぐさ伝承普及員／装道礼法きもの学院講師 滝川 道子さん

### 礼儀作法は思いやり

## ありがとうは奇蹟の言葉

「心」は誰にも見えないけれど「心遣い」は見える  
 なぜ「あいさつ」するの？  
 人間「じんかん」  
 相手を思いやる第一歩  
 「礼」はお辞儀にあらわれます  
 「残心（ざんしん）」とは



第1回講座の様子  
 平成28年12月10日（土）  
 南栗公民館

第2回講座の様子  
 平成28年12月11日（日）  
 大庭公民館



第3回講座の様子  
 平成29年1月22日（日）  
 中村公民館

第4回講座の様子  
 平成29年2月5日（日）  
 北栗公民館



・・・公民館開催



・・・福祉ひろば開催



・・・体育協会開催

### 講座・学び

## 公福 第2回安心して生き生きと暮らせるまちづくり講座

（福祉ひろば「福祉と健康を語る集い」として開催）

【主催】 島立公民館、福祉ひろば、河西部地域包括支援センター

【日時】 12月8日（金）19:00～

【会場】 島立公民館

【内容】 「人生90年時代を自分らしく生きるために」超高齢社会の現状を知り、これからの社会で生きていくために私たちにできることを考えてみませんか？

【講師】 特別養護老人ホーム「リーベおおにわ」施設長（予定） 尾臺 安子さん



第1回講座の様子  
 平成29年8月18日（金）

### 子育て

## 公福 クリスマス会

【主催】 島立公民館、福祉ひろば、つどいの広場

【日時】 12月15日（金）10:30～

【会場】 島立公民館

【内容】 歌とピアノのコンサート

【出演者】 室賀 さえりさん、はざま ゆかさん

【申込期間】 12月1日（金）～12月8日（金）9:00～17:00

【申込み】 島立公民館 Tel 47-2049

福祉ひろば Tel 48-5168

つどいの広場 Tel 47-9246

いずれかの窓口またはお電話にてお申込みください。（土曜日・日曜日を除く）



昨年の様子  
 平成28年12月8日（木）

### 福 ひろばウォーキング

【日時】12月5日（火）9:30福祉ひろば集合  
 【内容】今年のウォーキングも今回で最後です。地区内のウォーキングコースを歩いて、ひろばへ帰って温かい豚汁を食べましょう！  
 【持ち物】タオル・水分補給用の飲み物

### 福 おしゃべりサロン

【日時】12月21日（木）13:30～  
 【会場】福祉ひろば  
 【内容】12月のおしゃべりサロンはピアノとバイオリンのコンサートです！一緒に歌いましょう！  
 【参加費】100円  
 【出演者】牛山 正博さん ほか



### 福 ふれあい健康教室

【日時】12月13日（水）9:30～11:30  
 【会場】福祉ひろば  
 【内容】来年の干支（戌）の飾りを作ります。どなたでも簡単に仕上がります。  
 【持ち物】はさみ、ボンド  
 【参加費】200円（材料費）  
 【申込み】福祉ひろば Tel 48-5168  
 ＊当番は堀米町会の皆さんです。よろしくお祈りいたします。



### 体 卓球をしよう

【日時】12月14日・28日（木）19:30～21:00  
 【会場】島立体育館  
 【内容】地区の皆さんにもっと卓球に親しんでもらうため、初心者から参加できる練習を行います。  
 【持ち物】上履き、ラケット（持っている方）  
 ＊毎月第2・第4木曜日に開催しています。1月は11日・25日、2月は8日・22日に開催します。

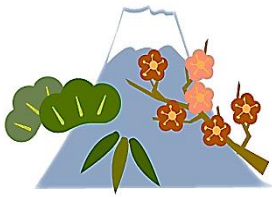
＊今月、「スポーツをしよう」の開催はありません。

### 島立地区新年祝賀会開催のお知らせ

新春を迎えるにあたり、島立地区のさらなる発展を祈念して新年祝賀会を以下のとおり開催します。

【日時】1月13日（土）15:00～  
 【会場】島立公民館

＊詳しくは1月号にてご案内いたします。



### 年末年始休館のお知らせ

12月29日（金）～1月3日（水）は、出張所・公民館・福祉ひろばが休館となります。

### 体

### ソフトバレーボールリーグ戦開幕！

秋も深まり冬の到来を告げるかのように、この時期のイベントとしてすっかり定着した島立ソフトバレーボールリーグ戦が11月24日に開幕いたしました。

今回で11回目を迎えますが、昨年同様全11チームがエントリーして、会場となっている島立小学校体育館で毎週熱戦が展開されています。

2月23日まで冬季の約4ヶ月間にわたる長丁場の大会ですが、選手の皆さん全力で、でも怪我のないように頑張ってください！ぜひ応援よろしくお願いします！

#### エントリーチーム一覧

- |               |         |
|---------------|---------|
| ① ミシュマシュ      | ⑦ ラ王    |
| ② 小柴ソルジャー     | ⑧ アラ4   |
| ③ ペークリ        | ⑨ 南野サラダ |
| ④ 中村おやびんず     | ⑩ 大庭    |
| ⑤ 中村ルーキーズ     | ⑪ ミラクル  |
| ⑥ 永田スーパードンタコス |         |

#### 今後の試合日程

- |               |            |
|---------------|------------|
| 【日時】第3節：12月1日 | 第9節：1月26日  |
| 第4節：12月8日     | 第10節：2月2日  |
| 第5節：12月15日    | 第11節：2月9日  |
| 第6節：12月22日    | 第12節：2月16日 |
| 第7節：1月12日     | 第13節：2月23日 |
| 第8節：1月19日     |            |
- いずれも金曜日、19:30～

【会場】島立小学校体育館



### 第34回松本市長杯争奪球技大会が開催されました！

10月29日（日）に第34回松本市長杯争奪球技大会が開催されました。島立地区は軟式野球、卓球、ゲートボール、マレットゴルフの4種目に出場予定でしたが、当日はあいにくの雨天で、軟式野球、ゲートボール、マレットゴルフは中止となり、出場種目は卓球のみとなりました。

卓球は予選リーグは突破したものの、惜しくも優勝チームの岡田地区に敗れてしまい、決勝トーナメント1回戦敗退という結果となりました。選手の皆さんお疲れ様でした！



【 12月の島立地区行事・講座・イベント・サークル活動 】

♪ お気軽にお問い合わせ・ご参加ください♪

日付	曜日	公民館／体育協会／地区行事など	公民館施設で活動しているサークル	日付	曜日	福祉ひろば <small>★福祉ひろば主催事業</small>	
						午前（9:30～）	午後（13:30～）
12月1日	金	ソフトバレーボールリーグ戦 第3節 （島立小学校体育館 19:30～）	和佳菜会〈舞踊〉	12月1日	金	墨友会	絵てがみ
2日	土		スポーツ吹矢の会〈吹矢〉	2日	土		暮会
3日	日		エバーグリーン〈音楽〉	3日	日		
4日	月		島立社交ダンスクラブ〈ダンス〉	4日	月	月曜カラオケ	（夜間）銭楽
5日	火		霜燿会〈絵画〉	5日	火	★ひろばウォーキング（豚汁会）	カラオケ教室
6日	水		翠墨クラブ〈水墨画〉	6日	水	★健康吹き矢教室（スポーツ吹き矢）	リフォームの会
7日	木		霜燿会〈絵画〉 島立ウェーブストレッチの会〈ストレッチ〉	7日	木	木曜カラオケ	★かごクラフト
8日	金	未就園児交流会「園開放」（堀米保育園 10:00～） 第2回安心して生き生きと暮らせるまちづくり講座 （島立公民館 19:00～） ソフトバレーボールリーグ戦 第4節 （島立小学校体育館 19:30～）		8日	金	絵手紙教室	マージャン／俳画だより
9日	土		スポーツ吹矢の会〈吹矢〉	9日	土	スポレク	暮会
10日	日			10日	日		
11日	月	親子フィットネス（島立公民館 10:30～） 健康相談（島立公民館 9:30～）	島立社交ダンスクラブ〈ダンス〉 島立さわやかコーラス〈コーラス〉	11日	月	男性カラオケ	
12日	火		霜燿会〈絵画〉 エターナルエンジェルズ〈歌〉	12日	火	童謡唱歌を歌う会	ハーモニカ・音を楽しむ会
13日	水		紫水会〈絵手紙〉	13日	水	★ふれあい健康教室（干支の飾り作り）（200円） （当番 堀米）	★銭太鼓教室
14日	木	卓球をしよう（島立体育館 19:30～）		14日	木	パッチワーク	★初心者マージャン（13:00～）
15日	金	クリスマス会（島立公民館 10:30～） ソフトバレーボールリーグ戦 第5節 （島立小学校体育館 19:30～）		15日	金	墨友会	
16日	土			16日	土		暮会
17日	日	「あいさつ・声かけ運動」実践講座 （島立公民館 13:30～）		17日	日	雀友会 （男女楽しく健康マージャンをやっています。初心者の方もどうぞ）	
18日	月	保健師在所日（島立公民館 9:00～）		18日	月	月曜カラオケ	★ヨガ講座（300円）／（夜間）銭楽
19日	火		霜燿会〈絵画〉 島立社交ダンスクラブ〈ダンス〉	19日	火	かごサークル	きめこみ手芸
20日	水	松本市文書館講座「松本の製糸業」 （島立公民館 14:00～）	翠墨クラブ〈水墨画〉	20日	水	★健康吹き矢教室（スポーツ吹き矢）	リフォームの会
21日	木			21日	木	木曜カラオケ	★おしゃべりサロン（100円）（当番 日赤）
22日	金	ソフトバレーボールリーグ戦 第6節 （島立小学校体育館 19:30～）	島立ウェーブストレッチの会〈ストレッチ〉	22日	金	俳画だより	マージャン
23日	土		スポーツ吹矢の会〈吹矢〉	23日	土	スポレク	暮会
24日	日			24日	日		
25日	月			25日	月	男性カラオケ	清雅の会
26日	火			26日	火	★利用者の集い（大掃除）（10:00～）	ハーモニカ・音を楽しむ会
27日	水			27日	水		
28日	木	卓球をしよう（島立体育館 19:30～）		28日	木		
29日	金	※出張所・公民館休館	※出張所・公民館休館	29日	金	※福祉ひろば休館	※福祉ひろば休館
30日	土	※出張所・公民館休館	※出張所・公民館休館	30日	土	※福祉ひろば休館	※福祉ひろば休館
31日	日	※出張所・公民館休館	※出張所・公民館休館	31日	日	※福祉ひろば休館	※福祉ひろば休館
1月1日	月	※出張所・公民館休館	※出張所・公民館休館	1月1日	月	※福祉ひろば休館	※福祉ひろば休館
2日	火	※出張所・公民館休館	※出張所・公民館休館	2日	火	※福祉ひろば休館	※福祉ひろば休館
3日	水	※出張所・公民館休館	※出張所・公民館休館	3日	水	※福祉ひろば休館	※福祉ひろば休館
4日	木		島立ウェーブストレッチの会〈ストレッチ〉	4日	木		
5日	金			5日	金	墨友会	絵てがみ
6日	土			6日	土		暮会
7日	日			7日	日		

※ 一部、予告なく変更の可能性があります。あらかじめご了承ください。