

# 2026年1月のプログラム

| 日付 | 曜日 | 10:00~12:00          | 13:30~15:00 |
|----|----|----------------------|-------------|
| 1  | 木  |                      |             |
| 2  | 金  |                      |             |
| 3  | 土  |                      |             |
| 4  | 日  |                      |             |
| 5  | 月  | ①初詣(元善光寺)&座光寺まんじゅう   |             |
| 6  | 火  | ゴミ拾いボランティア(新井商店街)    | 図書館         |
| 7  | 水  |                      |             |
| 8  | 木  | スポーツの冬(マレットゴルフ中川村)   |             |
| 9  | 金  | ②野底深山湧水でコーヒーを飲む      |             |
| 10 | 土  | ③ラーメン探検隊(麺屋やんちゃ)     | あすなろ麻雀クラブ   |
| 11 | 日  |                      |             |
| 12 | 月  |                      |             |
| 13 | 火  | DVD鑑賞                |             |
| 14 | 水  |                      |             |
| 15 | 木  | ④プチほんやり(餅を焼きます)      |             |
| 16 | 金  | 飯田図書館                |             |
| 17 | 土  | ⑤町のイベント作品作り          |             |
| 18 | 日  |                      |             |
| 19 | 月  | ゴミ拾いボランティア(片桐松川沿い)   |             |
| 20 | 火  | スポーツの冬(モルック)         |             |
| 21 | 水  |                      |             |
| 22 | 木  | ⑥食べ比べの会(レトルトカレー)     |             |
| 23 | 金  | ⑤町のイベント作品作り          |             |
| 24 | 土  | ⑦あすなろ給食(揚げパンなど)      | あすなろ麻雀クラブ   |
| 25 | 日  |                      |             |
| 26 | 月  | ⑧お買い物ウォーク(飯田平安堂周辺)   |             |
| 27 | 火  | ゴミ拾いボランティア(役場周辺)     | 図書館         |
| 28 | 水  |                      |             |
| 29 | 木  | ⑨くらすわの森(駒ヶ根)         |             |
| 30 | 金  | DVD鑑賞                |             |
| 31 | 土  | あすなろボウリング大会(オークラボウル) |             |

## お知らせ

2025年もありがとうございました。2026年もみなさんの目標に向けてサポートしていきたいと思ひます、よろしくお願ひします。

- ①初詣(元善光寺)・・・あすなろでも初詣に出かけ、座光寺まんじゅうを食べて帰ってきましょう!
- ②湧水でコーヒーを飲もう・・・大好評湧き水で入れるドリップ珈琲。ぜひこの美味しさを体験してみてください
- ③ラーメン探検隊・・・満を持して松川町上片桐にある「麺屋やんちゃ」へ行きましょう!
- ④プチほんやり・・・焚き火台でこじんまりと「ほんやり」をやります。今年も元気で過ごせるよう、焚き火でお餅を焼きます。
- ⑤町のイベント作品作り・・・ひとつの大きなハートの作品をみんなで作ります。
- ⑥食べ比べの会・・・新企画! いろんなものを食べ比べて、味の違いを楽しみましょう。初回はレトルトカレー、「ボンカレー」「カレーマルシェ」「無印良品のカレー」など。以降は袋ラーメン、どんぶりものなどを考え中
- ⑦あすなろ給食・・・こちらも新企画! 懐かしの給食をあすなろにて手作りして再現! 初回はメインに揚げパン、クリームスープ、みんな大好き牛乳に溶かす「ミルメーク」。これからみなさんのご要望を聞いて、給食のメニューを再現します。
- ⑧お買い物ウォーク・・・アップルロードの平安堂、イオンなどに買い物に行きましょう。ぶらぶら散歩でもオッケー
- ⑨くらすわの森・・・駒ヶ根の養命酒工場に昨年オープンした「くらすわの森」に行きます。昼食を食べて帰ってきましょう

\*以下のプログラムは締切日までに申し込みをお願いします

| プログラム名            | 参加費      | 申込締切   |
|-------------------|----------|--------|
| 初詣(元善光寺)&座光寺まんじゅう | 120円     | 12月25日 |
| 野底深山湧水でコーヒーを飲む    | 300円     | 1月5日   |
| ラーメン探検隊(麺屋やんちゃ)   | 1200円くらい | 1月5日   |
| プチほんやり(餅を焼きます)    | 300円     | 1月9日   |
| レトルトカレー食べ比べの会     | 400円     | 1月15日  |
| あすなろ給食(揚げパンなど)    | 500円     | 1月19日  |
| くらすわの森(駒ヶ根)       | それぞれ必要額  | 1月22日  |
| あすなろボウリング大会       | 1400円    | 1月26日  |

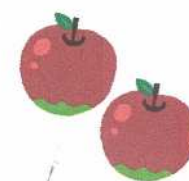
\*予定している活動で、当日の参加者が1名の場合は中止となります。

\*お昼休みは12:00~13:00になります。

\*料理等の活動で材料購入後にキャンセルされた場合は半額ご負担いただきます。

\*新型コロナウイルス等の感染予防のため、また天候や作物の状況により、プログラムの変更・中止をさせていただくことがあります。あらかじめご了承ください。

\*可能な限り、マスク着用のご協力をお願いします。



<問合せ先>  
株式会社 ウィズファーム  
松川町地域活動支援センター あすなろ  
所在地: 下伊那郡松川町元大島2930-1  
TEL: 0265-49-0152  
開所日は月・火・木・金・土の9:00~17:15です  
(\*日・水・祝祭日・お盆・年末年始はお休みとなります)

