

平成28年度

# プラザだより 10月号

発行 旭ヶ丘ふれあいプラザ

026-246-3783

Email: [c-asahigaoka@city.suzaka.nagano.jp](mailto:c-asahigaoka@city.suzaka.nagano.jp)

第7ブロック人口(28年9月)()内は前月比

男 1,721人(±0人) 女 1,973人(-1人) 世帯数 1,414戸(+2戸)

## 防災倉庫が完成しました



今年度整備をすすめてきました防災倉庫の設置及び防災備品の納入が8月末に完了しました。北旭ヶ丘自治会の申請によりコミュニティ助成(宝くじの社会貢献事業)の地域防災組織育成事業に採択されたものでほぼ全額補助金です。

設置場所は、旭ヶ丘ふれあいプラザ西側の多目的広場の南西の一角です。防災倉庫の寸法は、間口3.47m 奥行2.63m 高さ2.32mです。また、中に収納されている防災備品は、ワンタッチテント2張 間口3.60m 奥行2.40m 高さ約2.00m 折りたたみ式リヤカー2台 荷台0.6m×0.9m 発電機1台 4.0kVA コードリール2基 LEDバルーン灯光器1基 300W 200W 100W ワイヤレスメガホン1台 マイク、シガライターコード付属です。災害時はもちろん、町のイベントなどにお使いいただけます。旭ヶ丘ふれあいプラザへ申し込んでください。

## 女性学級を訪ねて

12日(月)松川女性学級は、「信濃毎日新聞社見学」でした。午前には信毎本社を見学しました。新聞が出来上がる過程をみて、これから新聞を読むときの見方が変わると話していました。昼食は、長野県庁10Fの食堂にいきました。午後は、長野製作センターに行き印刷の様子を見て帰りには、刷りたての夕刊をいただきました。



13日(火)光ヶ丘女性学級は、涌井美代先生による「夏野菜料理教室」でした。「カレー風味の親子スープ」「じゃことミョウガのいなりちらしずし」「枝豆としらすの酢醤油和え」「ゴーヤの肉詰めフライ」「ミニトマトのジュレがけ」「ジャガイモのごま酢和え」をつくりました。どれも夏らしく美味しくでき試食は賑やかに行われました。



16日(金)旭ヶ丘女性学級は、あずまし会さんによる「三味線鑑賞」でした。三味線の演奏は素晴らしく、合わせて踊りも舞っていただきました。そして三味線と共に、「十日町小唄」「木曾節」「佐渡おけさ」を、全員で歌いました。粋な感じでとても良かったです。



## すこやかふれあい広場

9月は、幌村 隆先生によるピアノ演奏鑑賞とお誕生日会がありました。幌村先生の独奏に聴き入り、特別に先生の伴奏で数曲を皆で歌

Imashita.kanoyuumeinahisaishi joushiwosodateraretasenseinoensou

それは素晴らしく、先生の伴奏で歌えるなんて幸せ！感激！と皆さんとても喜ばれていました。

また、小学校PTAさんと文化祭作品作りで交流の時を持ちたり、北信自動車学校さんのバスにお世話になり、ボランティアを兼ねた施設見学として須坂やすらぎの園のグループホーム「日滝の家」と宅幼老所「なずな豊丘」を訪問しました。施設の方々もすこやかさんの訪問をととても喜んでくださり、そのさとのお蕎麦も堪能し、実りの多い外出になりました。



## さあ！第39回旭ヶ丘地域合同文化祭です。

文化祭の準備が着々と進んでいます。9月15日(木)には、文化祭出品出演者打合会議が行われ、展示の部の展示配置と舞台の部のプログラムが決定しました。

今年の文化祭テーマ「未来につなぐ 文化の輪」となりました。



どなた様も、安心してお誘い合わせの上、いらしてください。

**22日(土)午前9:00(予定)~**、プラザ前にて四ヶ町ふれあい市(旭ヶ丘地域づくり推進プロジェクト朝市売店)を開催します。(売り切れ次第終了)プラザ入口内では、すこやかふれあい広場によるすこやかバザーもごさいます。

展示の部 10月22日(土)午前9:00~午後8:00

10月23日(日)午前9:00~正午 於:旭ヶ丘ふれあいプラザ

舞台の部 10月22日(土)午後2:30開場

午後3:00開演 午後5:10終了予定 於:旭ヶ丘町公会堂



## 「プラザ2時の会」(11月1日から開催予定)

毎月第1・3火曜日 午後2時~3時

75才前後で、介護予防に興味のある方



プラザでおしゃべりしませんか?

参加者を募集します。詳しくは旭ヶ丘ふれあいプラザへお問い合わせください。



「人生の地図を描く会」

マンダラエンディングノート

## すらすら書けるエンディングノート

- ・日 時 平成28年11月 (全4回シリーズ)  
7日・14日・21日・28日(毎月曜日)午後2:00~3:30
- ・場 所 旭ヶ丘ふれあいプラザ(研修室)
- ・参加費 初回のみ1,000円(ノート代含む)
- ・持ち物 筆記用具
- ・講 師 旭ヶ丘ふれあいプラザ指導員 ほか
- ・定 員 20名(60歳以上の方)

