

令和2年 プラザだより 1月号



Email : c-asahigaoka@city.suzaka.nagano.jp

発行 旭ヶ丘ふれあいプラザ

026-246-3783

第7ブロック人口(元年12月)

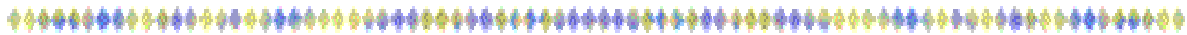
男 1,727人(-1人) 女 1,988人(+5人) 世帯数 1,492戸(+2戸)

あけまして
おめでとう
ございます。



昨年中は格別のご支援を賜り誠にありがとうございました。おかげさまで新年を迎えることができました。昨年の台風19号の豪雨によりプラザが約2週間避難所となるなど、大きな災害となりました。本年は災害の少ない平穏な年であってほしいものです。

プラザ職員は新役員の方々と、地域のお役に立てるよう取り組んで参ります。新しい年が皆様にとってよりよい年になりますよう心より祈念申し上げます。



令和元年度 第7ブロック分館長・主事会並びに人権問題学習会反省会

12月13日に公民分館第7ブロックの分館長・主事会を開催し、今年度の活動の反省会を行いました。災害で文化祭が中止となり元年度の決算中間報告と元年度の活動の反省点などについてご意見をいただきました。

また人権問題学習会反省会では人権教育推進員さんと区長さん方にも加わっていただき、テーマの設定や参加者を増やす方法、今年度苦勞した点などについて意見がかわされました。

エンディングノートに書いてみよう 募集！！

「すざかマイ・ノート」活用講座をプラザで開催します。

買ったまま手を付けられていない方もいらっしゃるのではないのでしょうか？また、前に書いた時と違う状況や考えになっていることもあります。まずは書いてみるのが大切です！

ノートを開き、書き方を聞きながら一緒に自分のことを記してみましよう

「マイノート みんなで書くのは なっちょかね」

日時 1月27日(月) 午前10時～11時半

場所 旭ヶ丘ふれあいプラザ 研修室

講師 高齢者福祉課職員、地域包括支援センター職員

持ち物 「すざかマイ・ノート」と筆記用具

「すざかマイ・ノート」は当日会場でも販売します。価格300円

定員 先着10名

申込 旭ヶ丘ふれあいプラザ 246-3783



12月のすこやかふれあい広場

の一コマ

折り紙でぼち袋作り



小学校 PTA さん
とのクリスマス
交流会



忘年会
一年間の健康を
祝って乾杯！

学級・講座 12月の活動から

12月12日高齢者学級 「成年後見制度」の講演

ながの司法書士法人副代表の松本 陽氏から「成年後見制度」についてお話を聞きました。この制度は、認知症などで心配ごとなどがある場合に、生活や財産を守る、契約を代わりに行うなど、法律面や生活面から保護し支援するしくみのことです。約30名が出席され、制度内容について真剣に聞き、質問もされていました。

成年後見に関する相談については長野県司法書士会の「常設電話相談」へ。

毎週 木曜日 正午～午後3時 026 232 2110へ



12月10日光ヶ丘女性学級 「清水さんの料理教室」

講師は同じ光ヶ丘ニュータウン在住の清水重徳さんにお越し、水菜とチャーシューの辛し和え・サンマのかば焼き・油焼きナス白菜と豚バラの柔らか煮・カツオのダシ茶漬けを教えていただきました。館長もエプロン姿で挑戦し、調理後は講師を囲んで忘年会を行いました。

12月20日旭ヶ丘女性学級 「涌井先生の料理教室」

講師は食改などで活躍されている涌井美代さんにお越ししました。メニューは鶏肉のくるくる巻き・鳥手羽肉ごまソースフルーツきんとん・デコレーション寿司・つぶしかぼちゃのほうとう風味噌汁。冬至が近いのでかぼちゃの味噌汁は栄養があり、風邪予防に最適。どれも簡単に作れ、各家庭のメニューに取り入れられるので、大満足な料理教室となりました。



長野県地球温暖化対策事業



ウォームシェアしませんか？

引き続きふれあいルームを開放しています。
家の暖房を消してプラザでみんなで温まりましょう。



平日 9:00～16:00

なお、都合で開放できない日がありますのでご確認ください。シールラリーも行っています。シールを集めて応募すると抽選で景品が当たりますよ。