

令和2年

# プラザだより

7月号

回覧

発行 旭ヶ丘ふれあいプラザ

026 - 246 - 3783

第7ブロック人口(2年6月)

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

男 1,727 人(-6 人)

女 1,987 人(-4 人)

世帯数 1,495 戸(-6 戸)

## 人権問題学習会にご参加ください

### 旭ヶ丘町【公会堂】

7月30日(木)

内容: 講演「インターネットと人権」

講師: 須坂市技術情報センター

所長 小林 晃氏

### 松川町【公会堂】

7月3日(金)

内容: DVD鑑賞「インターネットと人権」

(ネット社会に起こっている人権侵害の

実例と向き合い方)

### 北旭ヶ丘町【公会堂】

7月29日(水)

内容: 講演「共に生きる

豊かな地域社会をめざして」

講師: 須坂ふれジョブ推進会議

会長 菅沼 美知子氏

### 光ヶ丘ニュータウン

【旭ヶ丘ふれあいプラザ多目的ホール】

7月15日(水)

内容: DVD鑑賞「認知症と向き合う」

(身近な家庭ドラマを通して、認知症への

正しい理解を深める)

人権交流センター指導員によるお話

各町の日程等が決まりました。時間はいずれも午後7時からです。新型コロナウイルス感染防止のためマスク着用での参加をお願いいたします。

## 後期高齢者向けストレッチ教室

無料です

お家で無理なく、毎日取り組める、やさし~い体操です!

夏の体力づくりに、夏バテ予防に、いかがですか?

日時: 7月27日(月) 午前10時~11時

場所: 旭ヶ丘ふれあいプラザ 多目的ホール

講師: ヨガインストラクター 跡部奈美氏

内容: ヨガの呼吸法を取り入れたストレッチ教室

定員: 先着10名

持ち物: マスク・水筒・ヨガマット(なくてもOK)

申込み・問い合わせ 246 - 3783 申込み期限は 7月17日(金) です



# 地域づくり推進プロジェクトが活動開始

新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、今年度の活動が中止となっていました。ようやく活動が開始となりました。プラザ食堂などまだ一部中止のものもありますが、6月の活動をご紹介します。



6月4日、農地活用チームを中心に北旭ヶ丘保育園児15名とさつま芋の植え付け。



6月22日、道路活用チームを中心に、旭ヶ丘小4年生40人と大通りの歩道脇に松葉菊を植栽。

## 6月のすこやかふれあい広場（一般介護予防事業）

この時期にはいつも、北旭ヶ丘保育園の子どもたちや旭ヶ丘小学校の2年生、小学校の保護者の方々と最初の交流をしているすこやかさんですが、現在その交流がおあずけになっていて、ちょっと寂しいところです。でも、いつもの仲間と交流できる有難さを感じながら、6月も手芸・体操・誕生会・映画鑑賞・囲碁ボール・腹話術など、いろいろなことを楽しみました。また、テイクアウトのお店を応援する「すざかつテイク」も利用してみました。



善哉保健師による  
アートセラピー  
「絵から読み解く心模様」



大峽要子氏による腹話術



レストランかねきの  
オムライスをテイク  
アウト。うまし！

## 図書室に新書入りました

一般向け図書4冊、児童向け図書2冊、大活字本3冊入りました。これからは月1回、少しずつ図書室の本を入れ替えていきます。読んでみたい小説、こんな絵本を入れてほしいなどリクエストがありましたらぜひ教えてください！

