

# フラザだより 2024年4月号

回覧

発行 旭ヶ丘ふれあいプラザ

026-246-3783



こちらから  
プラザのホーム  
ページをご  
覧になれます

第7ブロック人口(3月現在) 男 1,626人 女 1,937人 世帯数 1,496世帯

## 地域ふれあい春祭り 久しぶりに大盛況

旭ヶ丘地域づくり推進委員会主催による「地域ふれあい春祭り」がプロジェクトメンバーの絶大な協力で、悪天候の中約 200 名の地域の方が参加され地域の交流が深まりました。



▲大人対象の笑い文字体験

「ありがとうを贈ろう」



▲バルーンアート

▲竹とんぼ作り、羊毛フェルト  
レジンストラップ、折り紙づくりの  
「ワークショップ」

須坂創成高校生徒 7 名がカレー作り  
などでボランティア体験に協力▶



「遊びの広場」お菓子釣り▼



▲輪投げ

◀ストラックアウト

2024 年度の旭ヶ丘ふれあいプラザの職員体制は、平林和彦館長、内藤宣子指導員  
小林真由美主事、この常勤スタッフでプラザの運営に当たっていきます。

介護予防事業のすこやかふれあい広場には、4月から市川ゆう子介助員と新たに  
小林美雪看護師が担当いたします。1 年間よろしくお願いいたします。

## ≡ ≡ ≡ 3月の活動から



### 【 3月11日(月) 松川女性学級 折り紙教室 】

生涯学習まちづくり出前講座として、須坂折り紙同好会の方にお越しいたき、季節にマッチした男雛と女雛の折り紙を作りました。折り紙には縦目と横目があることを知り、目沿って折ると、きれいになることも初めて知り、素敵なひな人形が出来上がりました。



### 【 3月14日(木) 高齢者学級 紙芝居 】

恒例となった「信州須坂紙芝居のさとPJ」による街頭紙芝居ショー。

自転車に荷台をおいた5作品の口演や、参加者全員が「ひらがな文字」で嚙下予防にもなるという口や下の健口体操を行いました。

最後はお2人による「金色夜叉」で巧みな話術を披露していただきました。



### 【 3月15日(金) 旭ヶ丘女性学級

#### フラワーアレンジメント 】

前後左右の四方向から鑑賞することができるラウンド型のフラワーアレンジメントを講師の指導のもと作成しました。主役の黄色いチューリップを真ん中にレザーやカーネーション、チースなどをバランスよく配置し、あざやかな作品ができました。



## 3月のすこやかふれあい広場♪



藤田智子氏による糸かけアート。今回は「梅」です♪



久しぶりに全員で保育園へ行って交流♪  
かわいい手の肩たたきでほっこり♡



映画を鑑賞したあとは体ほぐして介護予防体操♪

すこやかふれあい広場は須坂市にお住まいの65歳以上の方が対象の介護予防教室です。  
ただ今新会員絶賛募集中！！ 気になる方はまずご見学からどうぞ♡