

2025
5 月

発行: 仁礼コミュニティセンター
TEL. 026-245-8118 (平日 8:30-16:30)
✉ c-nirei@city.suzaka.nagano.jp

仁礼地域の人口 6 町人口 4,257 人 (-11)
(2025年4月1日現在) 世 帯 数 1,704 世帯 (-2)
※前月比



📷 Instagram もご覧ください😊



6 月 1 日より仁礼コミュニティセンターと老人福祉センターくつろぎ荘は、改修工事により 1 年間休館となります。再開は、2026 年 7 月を予定しております。

また、長年ご愛顧いただきました入浴施設が、5 月 31 日を持ちまして終了いたします。

大変心苦しく、残念ではございますが、最終日の 3 日間 (5 月 29 日 (木) ~ 31 日 (土)) これまでの感謝の気持ちを込めて、入浴料金を無料にて開放いたします。是非ご利用ください。

また、くつろぎ荘と仁礼コミュニティセンターにて、休館前イベント「感謝祭」を開催いたします。皆さまお誘いあわせの上、是非、お越しください。

くつろぎ荘イベント：5 月 29 日 (木)、30 日 (金)、31 日 (土)

- 入浴施設の無料開放 (午前 9:30 ~ 午後 3:30) ※対象：市内在住の 60 歳以上の方
- 高齢者いきいき講座、ボッチャ体験 ※詳細は別紙チラシをご覧ください。

仁礼コミュニティセンターイベント：6 月 1 日 (日) 午前 10:00 ~ 午後 3:00

※当日は湯っ蔵んどで「おこさまつり」も開催されます。詳細は別紙チラシをご覧ください。

- サークルによる生演奏
- クラフト販売・ワークショップ

II ブロック合同人権問題学習会のお知らせ

人権交流センターの指導員をお招きし、人権問題学習会を開催します。

今回は、2023 年作品「言葉があるから…」を鑑賞します。

自覚なく加害者にならないために……属性にとらわれずに、ありのままのその人と向き合うことの大切さを、このドラマでは描いています。職場や家庭内で「人権」について話し合うきっかけとしてお役立てください。

予約不要・参加無料

【と き】 **5 月 16 日 (金) 午後 7:00 ~ 8:00 (予定)**

【場 所】 仁礼コミュニティセンター 2 階 会議室

【内 容】 人権啓発ビデオ「言葉があるから—無自覚の差別」鑑賞と講演

講師：人権交流センター 館長 畠山 信重 様

先月の行事報告

4/18 (金) フラワーワークショップを開催

Gypsoflower 様を講師お招きし、プリザーブドフラワーやドライフラワーを使ったワークショップを開催しました。

はじめに、メイン用とボリュームを出す用に分かれた好きなお花をビュッフェ形式に選び、先生からワイヤーへの固定の仕方や飾る角度を意識した配置のバランスなどを教えていただきました。でも、最後は個性！自分好みの作品づくりを楽しみました😊

フラワーワークショップは、次回、11月頃にクリスマス作品を計画しております。また回覧板や SNS でご案内させていただきたいと思いますので楽しみに！



4/12 (土) お花見ヨガ&SAKURA ZUNBA GOLD を開催

フィットネスユニット SOL (ソル) 様を講師にお招きし、屋外イベントを開催しました。

暖かく、天候に恵まれたなか、咲きはじめてだった桜が、当日もどんどん花開いていきました。

ヨガでは、マットを使わず、立って行う動きで身体を整えました。15分間の休憩を挟み、後半のズンバゴールドでは、様々な動きを取り入れたダンスで先生の動きを見ながらラテン系のリズムにのって約1時間たっぷりと踊りました♪

少しハードながらも、みなさん良い汗をかかれた様でした😊

これを機に、生活に何かしらの運動を取り入れて、健康に年を重ねていきたいですね。

ご参加いただいた皆さまありがとうございました。

また、当日は湯っ蔵んどの広場をお借りしました。休日に利用を予定されていた皆さまにはご不便をお掛けいたしました。近隣の皆さまにもご配慮いただきありがとうございました。



【お知らせ】

6月2日(月)より、くつろぎ荘とコミュニティーセンターは、施設改修工事のため、約1年間休館させていただきます。ご不便をお掛けしますが、何卒、よろしくお願いいたします。

また、休館期間中のご連絡先は、現在と同じ電話番号をご利用いただけますので、ご用の際は、以下までご連絡ください。

老人福祉センターくつろぎ荘 ☎ 026-246-2058 (8:30~17:15) 日曜祝日を除く

仁礼コミュニティーセンター ☎ 026-245-8118 (平日 8:30~16:30)

に礼コミュニティセンター

休館前の 感謝祭

6/1日

10:00-15:00

会場: コミュニティセンター
1階ロビー

*当日は湯っ蔵んどで「おこさまつり」も開催されます

フラダンスとウクレレ演奏



MAKANA

フラダンスとウクレレのJ-POP
を交えたステージです♪

🕒演奏時間 10:40~11:10



土笛演奏



須坂土笛の会

鎌田山の土でできた地元、須坂の
土笛コンサートです♪

🕒演奏時間 11:30~12:00



ハンドベル演奏



ラス・カンパナス・
デ・ニレイ

子どもたちによるハンドベル演奏
です♪

🕒演奏時間 14:00~14:30



WS・クラフト販売



M&D

プラ板キーホルダーのワーク
ショップです。自分で書いた
イラストがキーホルダー
になるよ！
可愛いクラフト販売も



クラフト販売



カントリー
バスケット

カゴバックや手芸の小物など
世界にひとつだけの可愛い
手作り作品を販売します！



ベビー休憩コーナー



親子で
ひと休み

小さいお子さまの休憩コーナー

1階の図書室：遊び場
2階の和室：おむつ替え、ミルク、
離乳食などにご利用ください

【主催】に礼コミュニティセンター
【共催】に礼地域づくり推進委員会

☎ 026-245-8118

問い合わせ時間（平日8:30-16:30）



湯っ蔵んど様となり
住所：須坂市大字に礼7-16

健康寿命を延ばして
元気に長生き！

老人福祉センター くつろぎ荘

楽しく運動

休館前イベント 感謝祭

2025.5.29(木) 30(金) 31(土)

場所：老人福祉センターくつろぎ荘

須坂市大字仁礼7-16（湯っ蔵んど隣）

参加無料・申込不要

高齢者いきいき講座

入浴施設無料開放

①脳トレと介護保険のはなし

とき：5月29日(木) 午前10:30～1時間

②高齢者の健康づくり（体操と栄養講話）

とき：5月29日(木) 午後 1:30～1時間

ノートを差し上げます

③エンディングノートを書いてみよう

とき：5月30日(金) 午前10:30～1時間

④認知症を学び、みんなで考えよう

とき：5月30日(金) 午後 1:30～1時間

参加無料・申込不要

ボッチャ体験

とき：5月31日(土) 午前10:00～午後2:00

※時間内ならいつでも体験できます♪



■対象

須坂市に住所がある
60歳以上の方

■利用時間

午前9:30～午後3:30

※混み具合により、入場を制限
させていただく場合があります。

問合せ：須坂市高齢者福祉課

老人福祉センターくつろぎ荘

tel.026-248-9020

tel.026-246-2058

