



ぴっかり教室 (全 11 回) ・ ・ ・ 知って安心これからの知恵 ・ ・ ・

◆場所 若槻コミュニティセンター大会議室 ◆時間 10時～11時30分

共催：長野市包括支援センター若槻ホーム・コミわか健康部会

回	日 程	内 容
3	6月22日(水)	『プロに聞く！社会保険や年金の事、成年後見人の事』 質疑応答で、皆さんの疑問にも答えていただきます。 佐藤奈己社会保険労務士事務所 佐藤奈己先生
4	7月27日(水)	『ラフターヨガ(笑いヨガ)』 ☆日頃のストレス解消と健康のために思いっきり、大笑いしましょう ラフターヨガ認定ティーチャー 池田信子先生

4回目は、暑い時期です。水分と汗拭きタオルのご準備と動きやすい服装でご参加ください。

※教室は無料で、申し込みも不要です。また、一回のみの参加でも結構です。大勢の皆様のご参加をお待ちしています。

福祉部会今後の行事について

介護サービスを利用する場合に、早めに申し込みなければならないこともあり日程を早めに告知致します。(詳細は別途)

行事名	開催日	開催場所	行 事 内 容
介護者の集い	9月16日(金)	市内温泉施設	介護者同士の交流の集いです。日ごろの経験を語らい、心身のリフレッシュを。
高齢者等のお住いの修繕お助け(住宅デー)	10月中旬	地区内	一人暮らしの高齢者等の住宅の簡易な修繕をお手伝いします。包丁研ぎも実施します。(写真は以下)
ふれあいバザー	11月12日(土)	若槻コミュニティセンター体育館	地区内事業所や家庭より提供された品物を販売、収益を地域福祉の充実強化に充てます。

春の自然観察会を行いました



5月14日(土)に昭和の森公園で開催した、第1回自然観察会には、32人の参加がありました。

前半はNPO法人長野市環境緑化協会の協力により、整備された公園内の遊歩道を散策し、様々な樹木や草花の花や葉を見ながら、講師(樹木医)の説明を受けました。

後半はきのこ(椎茸)の駒打ち体験を行いました。原木に木槌で菌を打ち込む場面では、親子が楽しそうに作業する姿が見受けられました。

自然環境部会では、今後も様々な観察会を予定しています。参加して自然と触れ合ってもらいたいと思います。なお、内容や日程等につきましては、コミわか広場でご確認ください。

(環境部 自然環境部会)

今年も盛大に コミわか 土曜朝市 を始めます！

昨年好評だった「コミわか土曜朝市」を7月2日土曜日から開店します。良い品ねらいは、やはり開店時間直後です。お早目にお出かけください。

農産物類が主体ですが、お豆腐、お味噌、お菓子、お蕎麦などのお店もあります。

開店日には面白イベントを予定していますので、ご近所お誘いあわせておいでください。

貯まると商品がもらえるポイントカードも続けます。また、お盆にはお花市、11月にはりんご祭り、12月には野沢菜祭り、季節に応じた様々なイベントも計画しております。

●開店日：7月2日～12月3日の奇数週の土曜日

(雨天の場合は翌日曜日に延期)

当面の開催日：7月2日・16日・30日、8月6日・11日

●時 間：午前8時15分～10時まで

●場 所：若槻大通り徳間のファミリーマート様の駐車場

出店したい方、 スタッフ(募集中)

希望の方は
『コミわか事務局
266-0034
コミわか土曜朝市の会』
までお問い合わせ
ください。



福祉部会が行った包丁研ぎイベント