



hiroba
こみわが広場



わ
か
つ
き
私たちが、
変えます。
創ります。
協働参画社会。

第94号(平成30年1月15日) ◆発行 若槻地区住民自治協議会「コミュニティわかつき」会長 糟谷 英勝
◆事務局 TEL/FAX 266-0034 メール komiwaka@bj.wakwak.com HP:URL:http://www.komiwaka.com/

青少年部会「巨大迷路で遊ぼう!!」のお知らせ

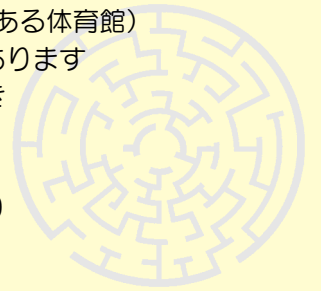
青少年部会では、冬のレクリエーションとして今年も「巨大迷路で遊ぼう!!」を開催します。

北部中学校の生徒と高校生リーダーが企画制作した段ボールの「巨大迷路」が北部中学校に出現、迷路の中で遊びながら出口を探して脱出します。

幼児・低学年も楽しめる「バルーンアートコーナー」や「段ボールお絵かきコーナー」もあります。だれでも自由に参加できますので、ご家族やお友達を誘ってご参加ください。景品・参加賞としてポップコーン・ジュース・お菓子などを用意しています。お楽しみに!!

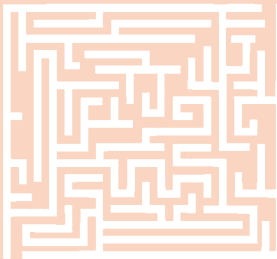
たくさんの参加をお待ちしています。

日 時：平成30年1月28日(日)
受付8時30分～9時(入場整理券発行)
はじめの会 9時 おわりの会 11時
会 場：北部中学校 飯綱講堂
(校舎の北東側にある体育館)
駐車場、駐輪場あります
持 ち 物：体育館用の上履き
申し込み：不要 自由参加
参 加 費：無料
景品・参加賞あり



- ・受付(8時30分～9時)で入場整理券を受け取ってください。受付締め切り後は入場整理券が発行されませんのでお早めに受付を済ませてください。
- ・子供だけの参加も可能ですが、学区外となる地区にお住まいの小学生の参加には、できるだけ保護者等が付き添ってください。
- ・北部中学生のお兄さん・お姉さんと、市教育委員会所属の高校生シニアリーダーが楽しく優しく児童をサポートします。

(青少年部会)



<お問い合わせ：青少年部会冬レク事務局 長野市若槻支所 小林 026-296-3908 >

「血糖値を下げる運動講座」のご案内

加齢や肥満による糖尿病やその予備群といわれる人が増え続けている今、血糖値と運動の関係を知り、日々の生活に取り入れられる運動を探しましょう。



日 時 平成30年1月31日(水) 13時30分～15時
場 所 若槻コミュニティセンター 三登山ホール
内 容 ①保健師講話(H28年長野市国保特定健診結果から)
②理学療法士講話と実践
健康づくりのための身体活動・自宅で気軽にできる血糖値を下げる運動
※飲み物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。参加は無料で、申し込みも不要です。

(共催) 吉田保健センター健康部会



今後の行事予定

(積極的にご参加ください)

行 事 名	月 日	時 間	場 所	関連部会等
ぴっかり教室 「冬の運動不足解消・2回目」	1月24日(水)	10時～11時30分	コミュニティセンター 大会議室	健康部会
お母さんの何でもトーク	1月26日(金)	10時～12時	コミュニティセンター 三登山ホール	民児協・福祉部会
巨大迷路で遊ぼう	1月28日(日)	9時～11時	北部中学校飯綱講堂	青少年部会
若槻子ども文庫おはなし会	2月 9日(金)	10時30分～12時	コミュニティセンター 三登山ホール	福祉部会