

# や いきいきわがまち やなぎはら

やなぎくん

令和4年1月15日発行

発行責任者 柳原地区住民自治協議会

会長 会津 敏男

第112号

## ◆ 認知症サポーター養成講座



認知症について正しく理解し、認知症の人や家族を暖かく見守るサポーター（応援者）を養成する講座です。認知症高齢者等にやさしい地域づくりに取り組んでいます。

日時 2月19日（土） 10：00～  
場所 中俣北公民館（中俣神社となり）  
定員 35名です。申込みが必要です。  
締切 2月17日（木）  
事務局まで ☎217-2365

## ◆ 折り紙で節分飾りを作ろう

2月 1日（火）  
10：00～12：00  
柳原交流センター 和室にて  
時間内でしたらいつでも入室 **OK** です

申込みなし  
どなたでも参加できます。  
お出かけください。



## ◆ 防災研修会 <信州大学出前講座>

演 題：防災減災のための心の科学 リスク社会をいかに生きるか

天災を完全に防ぐことは出来ません。しかし、それが軽微な被害で終わるか大被害をもたらすかは、私たちの心の備えによって左右されます

日時 2月27日（日） 13：30～  
場所 中俣北公民館（中俣神社となり）  
講師 信州大学 教授 菊池 聡さん  
定員 35名 申込みが必要です  
締切 2月24日（木）事務局まで ☎217-2365



## ◆ やなぎはら春のクリーンデー

3月19日（土） 9：00～（小雨決行）  
集合場所 柳原総合市民センター  
村山地区の方 村山橋北側堤防道路  
持ち物 軍手、火ばさみ（ある方）  
レジ袋など（可燃・不燃用）



春の雪解けを待って道路や河川敷のごみ拾いを行います。

# イベントカレンダー

月	とき	時間	イベント	ところ	備考
2	19日(土)	10:00~	認知症サポーター養成講座	中俣北公民館	申込
	19日(土)	13:30~	生活習慣や運動について	中俣北公民館	申込
	27日(日)	13:30~	防災研修会	中俣北公民館	申込

## ◆ 生活習慣病 糖尿病予備軍にならないように！！

コロナ禍で生活環境が変わり、家で過ごす時間が多くなり運動不足になったりしていませんか！！  
環境変化の不安から睡眠不足になったりしていませんか？  
東部保健センターの保健師さんに来ていただきます。



座ってできる体操も  
やります

生活習慣や運動について  
2月19日(土) 13:30~  
中俣北公民館 (中俣神社となり)  
※最近行った血液検査の結果を  
お持ちください  
※定員35名です。 申込みが必要です。

ご協力をお願いします

●令和4年のカレンダーでご家庭で不用の方は  
事務局へお持ちください。欲しい方に差しあげます。



### ◇◇◇ お問い合わせ ・ 申込み ◇◇◇

〒381-0017

長野市大字小島804-5 柳原総合市民センター内

柳原地区住民自治協議会 事務局 ☎217-2365

月曜日～金曜日 9:00～14:00



### 相続 遺言 不動産・会社法人登記等手続き 柄澤 定夫 司法書士事務所

〒381-0012 長野市大字柳原2317番地25  
TEL 026-295-1758 FAX 026-266-0958  
URL <http://www1.odn.ne.jp/shiho-karasawa/>

### KUMON

公文式 柳原 教室

柳原2251-5 tel:296-3924 (指導者：西沢)  
学習日：火・金 (3時半～8時半)

いつでも見学できます！

公文 長野市柳原

60歳からの たのしい

パソコン教室

みつぶす

まずは気軽に無料体験！

インターネット体験  
町内会の資料作成  
パソコンの問題解決

同じ事を100回聞かれても  
笑顔でお答えします！

女性講師と  
楽しい授業



たのしいパソコン教室 みつぶす若槻校 受付:9:00~15:30(平日)  
長野市大字徳間3305ウッド・ライフビル2階 電話 026-217-2239

