

や いきいきわがまち やなぎはら

やなぎくん

令和6年5月15日発行

発行責任者 柳原地区住民自治協議会

会長 金井 良雄

第137号

令和6年度 福祉委員会研修



大橋 良隆さんの

今から始める脳活体操



6月29日（土）

受付開始： 9：45 ～

開催時間： 10：00 ～

会 場： 東部文化ホール

大橋 良隆さん



- ☆ 埼玉県さいたま市出身
- ☆ 5歳からサッカーを始め、中学高校大学の部活動を経て、2006年当時J2のベガルタ仙台に入団。
- ☆ 2009年パルセイロに入団。2015年まで選手として活躍！2016年から2022年7月までクラブスタッフとして活躍されました。
- ☆ 現在は新たな道に進み活動中！！

【研修会の内容】

運動と脳トレを使ったライフキネティックというエクササイズを行います。4歳からご高齢の方まで、年齢・体力レベルにかかわらず、誰もが楽しくできるエクササイズです！みんなで楽しく学びましょう。

◆ 5月は赤十字運動月間です ◆



日本赤十字社では日赤活動資金募集運動を実施します。

災害時の医療支援、救援物資の配布、国際活動、救急法等講習会、地域での赤十字活動等に使われています。

柳原を歩こう 健康づくりウォーク

◆ ウォーキング

どなたでも参加できます お出かけください

一緒にやなぎはらを

お散歩しませんか

6月 5日 (水)

6月 19日 (水)

【集合場所】

柳原総合市民センター前
10時に出発します。



雨天中止

申込不要



- ★ 10時までにお集まりください。
- ★ 30分から1時間ほど歩きます。

※7月・8月・9月は、お休みです。

ご協力をお願いします



- 家で集めている バルマークをお持ち下さい。
エプソン・キャノン・ブラザーの 使用済みのインクカートリッジ、
トナーカートリッジは、点数に交換し、柳原小学校・東北中学校に届けます。

◇◇◇ お問い合わせ ・ 申し込み ◇◇◇

〒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



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 検索

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/>

しんきんで **NISA** 始めません

 **長野信用金庫**

柳原支店 026-243-6678

“いきいき わがまち やなぎはら”に
広告を出してみませんか!!
当協議会の運営として活用されます。
まずは、事務局(217-2365)まで
お気軽にお問合せ下さい。