

や いきいきわがまち やなぎはら

やなぎくん

令和8年6月15日発行

発行責任者 柳原地区住民自治協議会

会長 小林 照雄

第158号

◆ 大地震！その時あなたは大丈夫？

7月 18日 (土)

10:00~11:00



☆場 所：柳原交流センター 大学習室
☆講 師：原山智教授（信州大学出前講座）

日頃から備えておくべき対策とは何か、対策のポイントを中心に解説いただきます。

令和8年度 福祉委員会研修

自分の機嫌は自分でとろう
～ストレスとのつきあい方～

◆ 社会を明るくする運動
～犯罪や非行を防止し、
立ち直りを支える地域のチカラ～

7月 4日 (土)



受付開始： 9:45 ～
開催時間：10:00 ～
会 場：東部文化ホール
講 師：(株)ドリームシード
代表取締役 三井洋子様

ストレスとの上手なつきあい方についてお話をお聞きします。

7月 5日 (日)

開催時間：10:00 ～
会 場：柳原交流センター 大学習室
講 師：NPO法人 侍学園 スクオーラ・今人
理事長 長岡秀貴様

多様な背景を持つ人々が理解し合い、支え合うことによって明るい地域社会を作るために行っている活動等、理事長 長岡様の体験談を踏まえてお話をお聞きします。



夏休み企画

◆ 折り紙で季節の飾りを作ろう

どなたでも参加できます お出かけください

8月6日(木)

10:00~11:30

柳原交流センター 大学習室にて
時間内でしたらいつでも入室 OK です



テーマ

夏のリース飾り



◆ ポールウォーキング講習会



6月19日(金)

10:00~12:00

申込不要

場 所：柳原体育館

講 師：長野市スポーツ指導員

脇坂れい子さん(塩崎スポーツクラブ)

内 容：事前説明 ポール長さ調整 歩行訓練指導など

持ち物：飲み物・タオル・上履き

※ポールをお持ちの方はご持参ください。

◆ ウォーキング

一緒にやなぎはらを

お散歩しませんか

6月17日(水)

申込不要・雨天中止

【集合場所】

柳原総合市民センター前

10時に出発します。

☆ 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。

おひさま・どんぐりカフェ (オレンジカフェ) やなぎはら

認知症をテーマに、認知症の方・介護者・家族・地域の方・どなたでも
ゆったり安心して過ごせる場所です。

ちょっと寄ってお茶を飲みに来ませんか？

日 時：7月31日(金) 10:00~12:00

会 場：柳原交流センター 大学習室

内 容：・カーテン劇〈木綿(ゆう)の会と富竹の里和み〉

・一緒に歌いましょう

(かすみ草バンド"next)

リラックスタイム など

参加費：200円



☆申し込みは不要です。

☆当日、会場へお越しください。

☆時間内はいつ来て、いつ帰ってもOK!

☆個別の相談もできます。

◇◇◇ 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

月曜日~金曜日 9:00~14:00

※8月12日・13日・14日は、お休みです。

ご存じですか？

詳しくは法務省HPへ⇒



相続登記の義務化

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

しんきんで **NISA** 始めませんか！

 **長野信用金庫**

柳原支店 026-243-6678