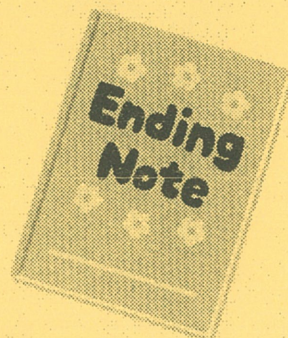


いきいき終活セミナー



考えてみませんか？これからのこと。

あなただけのエンディングノートを作りましょう。

◆1回目 2月6日（木）13時30分～15時30分

テーマ 「エンディングノートを書く」

◆2回目 2月13日（木）13時30分～15時30分

テーマ 「老後の必要資金とお金の残し方」

*いずれか1回だけでも参加できます。

会 場 豊野防災交流センター 多目的ホール
講 師 NPO 法人長野県相続成年後見協会会員
相続コーディネーター 石橋 大輔さん

受 講 料 無 料

募集人数 20 名

持 ち 物 筆記用具等

申 込 み 平日に、窓口または電話でお申し込み
ください。

問 合 せ 豊野防災交流センター（☎257-5875）



こころの健康づくり講演会を開催します

年齢を重ねると、自分の身体の衰えや大切な人との別れなど大きなストレスを抱えることが多いと言われています。

高齢期のメンタルヘルスケアについて正しく理解することで、心身の健康を保ち、いきいきと過ごすためのコツを一緒に学んでみませんか。

高齢期の方だけでなく、幅広い世代の方のご参加をお待ちしております。



日時： 令和 7 年 1 月 28 日（火）

午後 1 時 30 分～午後 3 時（受付は午後 1 時から）

場所： 東部保健センター 2 階 集団指導室
（富竹 1570 番地 1）

内容：①午後 1 時 30 分～2 時

保健師による講話：ゲートキーパーについて

②午後 2 時～3 時

講師による講話：高齢期をいきいきと過ごすために
～高齢期のメンタルヘルスケアについて～

講師： 医療法人聖峰会 佐藤病院 浅井由佳 医師

定員： 70 名（定員になり次第締め切ります）

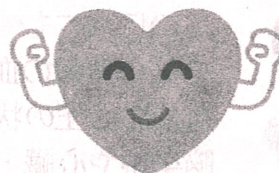
申込み：電話で東部保健センターへ

☎ 026-295-3330

※参加費は不要です。

※託児はありませんので、ご了承ください。

※当日、風邪症状のある方は参加をご遠慮ください。



ヒートショックに気をつけましょう

ヒートショックとは？

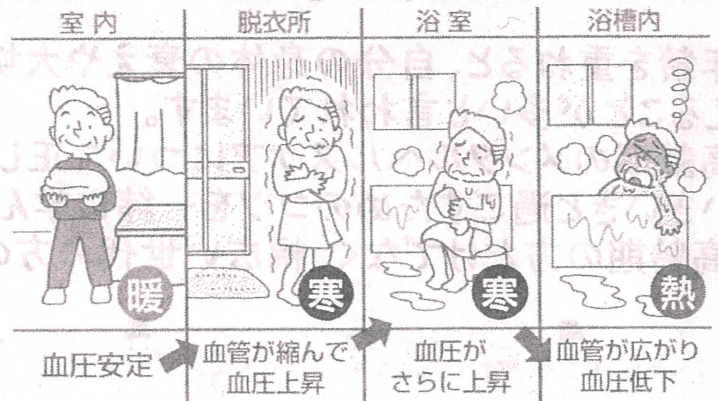
○急激な温度変化によって血圧が上下に大きく変動する事などが原因で起こるものです。

○血圧の変動で血管や心臓に大きな負担がかかり、意識消失や脳梗塞、心筋梗塞などに
つながる恐れもあります。

○高齢者の方や、高血圧・糖尿病・脂質異常症などの持病がある方は、起こりやすい傾向にあります。

○家庭内では、浴室やトイレで起こることが多いとされています。

令和5年の厚生労働省人口動態調査によると、高齢者の浴槽内での不慮の事故による死亡数は6000人を超え、交通事故による死亡数の約3倍となっています。



出典：政府広報オンライン

<https://www.gov-online.go.jp/useful/article/202111/1.html>

どんなことに気をつけたらいいの？

浴室・脱衣所で

- ・寒暖差をなくすため、浴室や脱衣所を暖房器具やシャワーなどで温めておく。
- ・食後1時間・飲酒後・薬を飲んだ後は入浴を避ける。
- ・お湯の温度は41度以下、お湯につかる時間は10分を目安にする。
- ・入浴前後にコップ1杯程度の水分を補給する。

同居家族がいる方は…
入浴中であることを家族に
伝えておきましょう



トイレで

- ・便座は暖房器具やカバーを使い、暖かくしておく。
- ・上着を羽織って行く。

もしも起きてしまったら…

○声掛けに反応がない場合、むやみに頭をゆすらず、救急車を呼ぶ。

○嘔吐がある場合、喉につまらないよう、顔を横に向けて寝かせる。



このほかにも…

自分の普段の血圧の値を知っていますか？血圧には日内変動があります。普段の血圧の状態を正確に知ることは、ヒートショックだけではなく、脳卒中や心臓・腎臓の病気を防ぐことにもつながります。



悪質な 訪問勧誘 にご注意ください。

購入・契約の前にご相談を

お宅の屋根が…
今契約すれば…
不用品ありませんか…
挨拶に来ました…

ドアを開けない！玄関に入れない！
ドア越しやインターホンで対応しましょう

名前を名乗らない訪問者は要注意！
訪問販売の際は氏名等を明らかにするよう決められています

不審に思ったら迷わず110番！

長野中央警察署 ☎ 026-244-0110

又は最寄りの交番・駐在所にご相談ください



ためらわず正しく使う 110番



1 「ためらわず正しく使う110番」

通報すべきか迷う場合は、迷わず通報をお願いします。

2 緊急ではない110番通報はしない

相談や落とし物など、緊急でない電話は緊急を要する事件・事故への対応を妨げる原因になります。

3 ご相談は「#9110」、ご要望やお問合せはお近くの警察署へ

ご相談は、警察本部の相談専用ダイヤル「#9110」、ご要望やお問合せなどは、お近くの警察署へ電話してください。



4 「110番」通報のポイント

○ 何がありましたか？ ○ 場所はどこですか？ ○ あなたの住所氏名などあわせて、落ち着いて、ひとつずつ警察官の質問に答えてください。

5 携帯電話による「110番」通報の注意事項

運転中の通報は禁止されています、ハンズフリー機能を使うか一旦停車してから通報してください。

また、通報している場所の目標物を確認してからの通報をお願いします。

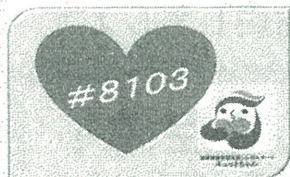
6 誤って「110番」通報してしまったら・・・

すぐに、電話を切らず「間違いでした」と伝えてください。また、途中で電話を切った場合はこちらから確認の電話をしますので、必ず応答してください。



まずは話してみませんか？

性犯罪被害、ひとりで抱え込まないで



あなたの心に寄り添う
相談電話があります
あなたの声を
しっかりと受け止めます

シャープ・はあとさん

☆「性犯罪被害ダイヤルサポート110」

→「0120-037-555」

☆プッシュ回線は「#8103(ハートさん)」

※24時間対応

・月～金：午前8時30分～午後5時15分

→女性警察職員などが対応

・それ以外の曜日・時間

→警察本部の当直員が対応



リフォーム詐欺に 気を付けましょう

○ そのリフォーム本当に必要ですか？

訪問してくる業者がすべて悪質という訳ではありませんが、

「点検だけなら無料です」

「近くの工事に来て、屋根

の壊れを見付けました」

「今すぐ直しないと家が壊れますよ」

などの様々な理由や嘘をつく悪質な業者も散見されます。

警察では、インターホンやドアチェーン越しに対応することを推奨しています。

もし帰らないときには、すぐに警察署に通報してください。



キッパリ！ハッキリ！断りましょう

単発講座



色とりどりの 花講座

フラワーアレンジメント講座の第3弾！

今回はアレンジメントの基礎から学べる内容や、生花、ドライフラワーなどお花の種類も様々な内容になります！初めてお花に触れる方や、アレンジメントをしたことがない方も挑戦しやすい作品を作るので、お気軽にご参加ください✿



①基本から学ぶアレンジメント … 2月5日(水)

②ドライフラワーのトピアリー … 2月19日(水)

③壁掛け花束のスワッグ作り … 3月5日(水)

時間 : 各回13:30~15:00

会場 : かがやきひろば豊野 会議室

対象 : 市内在住の60歳以上の方

受講料 : 各回1,100円(材料費込み)

定員 : 各回12名(先着順)

講師 : 山中 和江 先生 (フラワー装飾技能士1級)

持ち物 : 花ハサミ、持ち帰り用袋または新聞紙

全部参加もOK！

好きな回(内容)を
選んでの参加もOK！

※詳細は裏面をご覧ください。

①

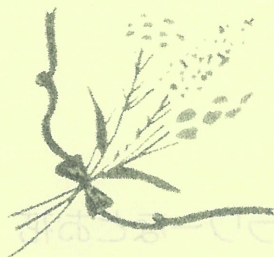
基本から学ぶ アレンジメント

2月5日(水)13:30~

受講料:1,100円

(受講料100円+材料費1,000円)

フラワーアレンジメントの基本から学び、基本型であるバースカルのアレンジメントを作ります。初心者でも作りやすい形なので挑戦してみたい方はぜひ!



②

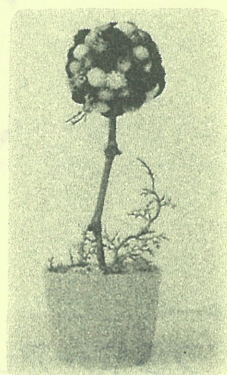
ドライフラワーの トピアリー

2月19日(水)13:30~

受講料:1,100円

(受講料100円+材料費1,000円)

ドライフラワーでトピアリーという形の作品を作ります。自分で好きな色の花を選び、好きなように配置し作り上げる...! 小さめの作品になるため、家でも飾りやすいです!



③

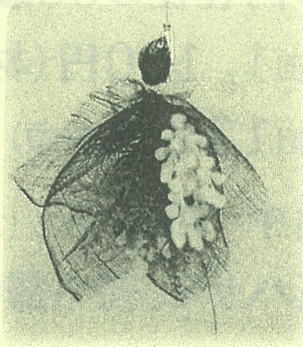
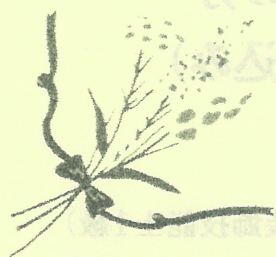
壁掛け花束の スワッグ作り

3月5日(水)13:30~

受講料:1,100円

(受講料100円+材料費1,000円)

スワッグとは、ドイツ語で花束の壁飾りという意味です。今回は造花で花束を作成するため、初めての方でも手軽に飾ることができます! オシャレなお部屋のインテリアに!



※1月9日(木)

~17日(金)

の間に、電話または直接センター窓口までお申込みください。

各回、定員になり次第締め切りとなります。

感染症対策

- ◇共用備品(道具・椅子など)はすべて消毒します。
- ◇部屋の換気を行い、前後左右の方との間隔を取り、講座を実施します。
- ◇マスクの着用をお願いします。

お申込み&お問合せは・・・

かがやきひろば豊野

(豊野老人福祉センター)

☎257-3135

(豊野町豊野624-2)

月~金 9:00~17:00 担当: 富田

もらえる年金を 少しでも増やしたい !!

そんな農業者のための公的制度

農業者年金

農業者年金説明会

を開催します！

- こんな方が加入できます（加入の要件は裏面の2をご覧ください）

- ★農業経営者・配偶者 ★後継者とその配偶者 ★自営業と兼業農家
- ★農業従事者・農家のパートやアルバイトさん
- ★農地の権利名義を持たない畜産農業者・施設園芸等農業者



- 農業者年金説明会の開催日

と き	ところ
令和7年1月21日（火） 午後2時～3時	長野市役所豊野支所 3階 会議室

※豊野地区以外の方も出席いただけます。ご希望の方には、説明会の後に、個別のご相談にも応じます。なお、相談内容や個人情報保護されます。

準備の都合上、事前に電話でのお申し込みをお願いします。

- お申込・お問い合わせ

電話で長野市農業委員会事務局（224-5060）にご連絡ください。

お気軽にお越しください。お待ちしております♪

農業者年金

1. 農業者年金って、どんな制度？

自分のために老後の年金を積み立てる公的な制度です。



2. 加入の要件

次の3つをすべて満たす方が加入できます。

- ① 年間60日以上農業に従事する方（1日あたりの農作業時間の規定はありません。）
- ② 20歳以上60歳未満の方
なお、60歳以上65歳未満の方で、国民年金の任意加入者も加入できます。
- ③ 国民年金の保険料を納めている方（国民年金の第1号被保険者）

3. 農業者年金の特徴とメリット

- ① 農業者なら広く加入できます。（加入資格は上記2の3つ）
- ② 積立方式(確定拠出型)で安心です。
- ③ 保険料を自由に設定できます。
- ④ 終身年金で、一生涯にわたり受け取ることができます。
- ⑤ 保険料は、全額社会保険料控除の対象になり、節税できます。
- ⑥ 保険料の国庫補助（政策支援加入）があります。

4. 農業者年金とiDeCoの比較

	農業者年金	iDeCo（イデコ）
目的	老後の年金を補う	老後の年金を補う
年金給付	終身年金 (一生涯、支給されます)	5～20年の有期年金
保険料 (月額掛金)	20,000～67,000円 35歳未満で一定要件を満たす方は 10,000円～	5,000円～68,000円
保険料の変更 (掛金の変更)	毎月変更が可能 (政策支援加入は除く)	年1回に限り可能
任意脱退	できる	できない
保険料の運用	農業者年金基金が運用	本人が運用
元本割れの措置	加入者が元本割れのリスクを負わない仕組みがある (付利準備金)	措置なし (運用結果はすべて自己責任)

農業委員会事務局に、「農業者年金」の詳しいパンフレット、チラシがございます。

ヨガストレッチで リラックス



ヨガは心と身体の両方にリラックス効果や健康をもたらす効果があります。
冬の寒さで固まった身体をヨガでゆったりリラックスしながら動かしましょう！

日時：① 2/12 (水) ② 2/26 (水)
③ 3/12 (水) 10:00～11:15 (計3回)

場所：かがやきひろば豊野 2階 大集会室

対象：長野市在住の60歳以上の方

受講料：300円 (1回100円 初回一括納入)

定員：20名 (先着順)

講師：武田 さゆり 先生 (ヨガ・ピラティス講師)

持ち物：水分補給用飲み物、ヨガマット、上履き、マスク

※1月20日(月)～24日(金) の間に、
電話または直接センター窓口までお申込みください。

感染症対策
◇共用備品はすべて消毒します。
◇部屋の換気をし、前後左右の方との間隔を取り、講座を実施します。

お申込み＆お問合せは・・・
かがやきひろば豊野
(豊野老人福祉センター)
☎257-3135
(豊野町豊野624-2)
月～金 9:00～17:00 担当：富田

かがやきとよのだより

かがやきひろば豊野 (豊野老人福祉センター)
〒389-1105 長野市豊野町豊野624-2
TEL: 257-3135 FAX: 217-1164
開館時間：月～金曜日 9:00～17:00



新年明けましておめでとうございます。
本年もよろしくお願いいたします。

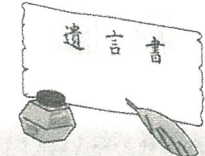
指定管理者の継続について(お知らせ)

令和4年度より豊野地区住民自治協議会(以下住自協)で指定管理者として運営している「かがやきひろば豊野・豊野老人福祉センター」は、令和7年度以降も継続して住自協で運営していくことになりました。

地域の皆さま、講座受講者、自主活動グループの皆さまにはこれからも変わらず利用していただけるよう、業務運営に引き続きご支援ご協力をお願いいたします。



行政書士無料相談会



日時:3月7日(金) 13:00～16:00
場所:かがやきひろば豊野
対象:長野市在住の方ならどなたでも
定員:6名 個別相談(約30分)
※予約制です

主な相談内容

相続手続、遺言作成、生前贈与老
い支度、離婚問題 など

第2回 とよの秋まつり が開催されました！

令和6年11月3日（日）に今年も豊野防災交流センターと豊野住民自治協議会と合同で『とよの秋まつり』が開催されました！

今年は豊野防災交流センターを会場とし、かがやきひろばからは、生きがづくり講座と自主グループ合わせて全11団体の活動の成果をステージと作品展示で発表しました。

大勢の皆様にご来場いただき、とても賑やかで楽しいお祭りとなりました！ご参加いただいた皆様ありがとうございました。



すみれの会



懐かしの歌&四季の歌



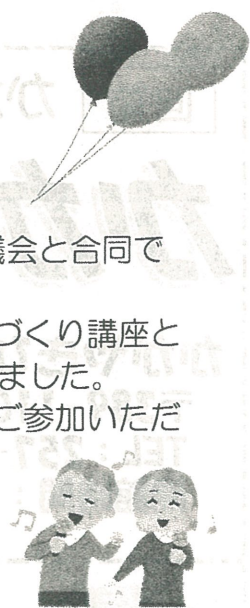
カフラホア



ディスコダンスエクササイズ



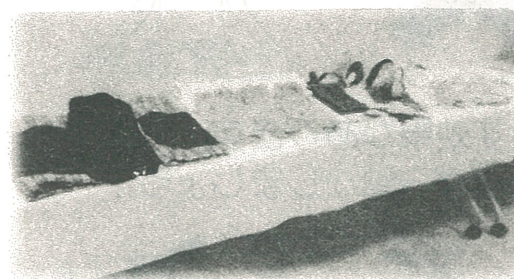
スコップ三味線 シャベラズとよの



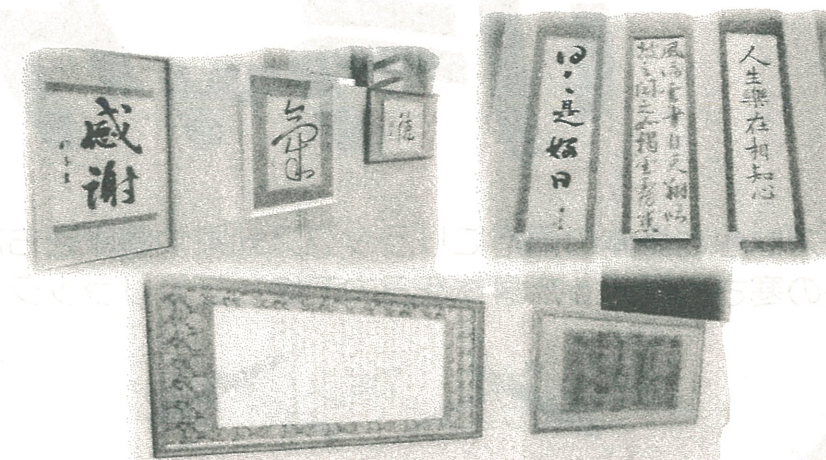
ひよこの会



クローバーの会



ばあばの手仕事（ちいさな手芸）



桜会&美しい筆文字書道

スマホカメラを片手に 町を歩こう！

スマホカメラの機能を学び、外へ写真を撮りに出かけました。豊野の町を歩き、普段気に留めない物や風景の写真を撮り、共有し、楽しく学べる時間となりました。



ミュージックベルで クリスマスを奏でよう！

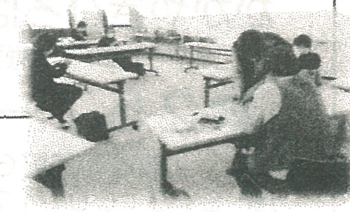
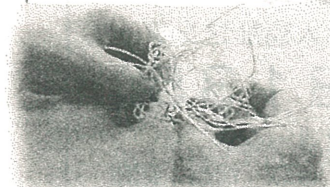
クリスマスソングを歌ったり、ミュージックベルで演奏したりしました。両手にベルを持ち、大変ながらも綺麗な音色に癒される空間となりました。



単発講座の様子

ワンランク上の水引細工講座

水引細工でストラップやクリスマスツリーを作りました！立体的な作品制作に苦戦していましたが、見事な作品が出来上がりました。



2月、3月も新たに単発講座開講いたします！ご参加お待ちしております！詳細は裏面、チラシをご覧ください！

『令和7年度（2025年度）生きがづくり講座』の募集要項は、3月1日付で発行します。

ふゆ 冬だ！ ゆき 雪だ！ もっと 冬の ウィンタースポーツを 楽しもう！

今年の冬もウィンタースポーツを楽しもう！
今年も「スキー教室」「サポート講習会」を開催します！また、スキーだけでなく、競技団体等による「クロスカントリースキー」や、「スノーボード」の体験会や大会など、様々な団体のウィンタースポーツ事業が長野県内のスキー場で開催されます。

チャレンジしてみたい方、レベルアップしたい方、ウィンタースポーツと一緒に楽しみたい方、

スキー教室・サポート講習会

2月7日(金)講習会、8日(土)教室(予定)
いづなりリゾートスキー場で開催を計画中。



外部団体での障がい者対象ウィンタースポーツ事業についても、サンアップルやサンスポート、ホームページ等でご案内していきます。



たいがい じょうほう
大会・イベント情報

12/1
日 アクアカーニバル

●長野県看護大学プール

「みんなでつなごうリレー」、「水中ダンス」、「レクリエーションタイム」、「わんぱく水遊び広場」のイベントがあります！障がいのある方はもちろん、ない方もご参加いただけます！



12/15
日 第25回卓球大会

●エア・ウォーターアリーナ松本
(松本市総合体育館)

トップ、ミドル、ビギナーのクラスに分かれ、試合を行います。同じレベルの方と競い合い、技を磨き合う機会です。毎年、白熱した試合が繰り広げられています。



12/8
日 第12回水泳フェスティバル

●真田温泉健康ランド ふれあい真田館

4泳法の記録測定に加え、ペアチャレンジ、交流リレーやその他お楽しみイベントも開催。

初心者から競技会参加経験者まで、どなたでも参加できる記録会です！



3/9
日 第22回 水泳大会

●長野県障がい者福祉センター
サンアップル プール

県内、隣接県の選手が集う大会です。目指せ！自己ベスト！目指せ！優勝！選手の皆様のご参加お待ちしております！



スポーツクラブ 愛称「スポクラ！」



いつからでも始められます！
お住いの近くにある体育館に集まって、
スポーツを楽しみましょう！

スポクラin上小

12/14(土) 2/15(土) 10:00~12:00
上田市真田体育館および柔道場

スポクラin佐久

1/11(土) 3/ 1(土) 13:30~15:30
臼田体育センターおよび武道場

スポクラin上伊那

12/8(日) 13:00~15:00
伊那市サンビレッジ体育館

スポクラin下伊那

12/15(日) 13:30~15:30
高森町民体育館

スポクラinすわ

12/7(土) 13:00~15:00
諏訪市豊田小学校体育館

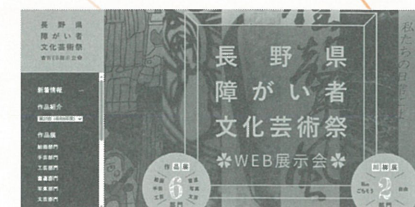


だい かい ながのけん しょう しゃ ぶんか げいじゅつさい
第27回長野県障がい者文化芸術祭

うえぶ てんじかい こうかい
WEB展示会を公開しました！

9月28日・29日に開催した「第27回長野県障がい者文化芸術祭」の作品展に出品があった絵画・手芸・工芸・書道・写真・文芸部門の全作品537点と、川柳展に投句があった私のごちそう部門・自由部門合わせて全74句をWEBサイトに公開しております。

「長野県障がい者文化芸術祭 WEB 展」で検索またはQRコードを読み取ってご覧ください。



長野県障がい者文化芸術祭 WEB 展 検索

ゆうしゅう さくひんてん ゆうしゅう さくひん けんない しょ じゅんかいちゅう
【優秀作品展】優秀作品が県内4カ所巡回中です！！

絵画・手芸・工芸・書道・写真・文芸部門で優秀賞以上を受賞された24点が県内4カ所を巡回しています。併せて、巡回地域の福祉施設等で創られた芸術作品も展示しています。木曽・長野地域は終了しましたが、12月からは上田・伊那にて開催します。厳正な審査から選ばれた作品を、是非直にご覧ください。

☆上田会場【第3回東信地域きらきらアート展】

会期：令和6年12月6日(金)～12月8日(日)

時間：10:00～17:00(最終日は12:00まで)

会場：上田市交流文化芸術センター「サントミュージゼ」(上田市天神3-15-15)



◎文化活動体験会「キーホルダー作り」参加無料



(一財)長野県文化振興事業団との共催(nextコラボ事業)で、上田市にて体験会を実施します。キーホルダーの台紙に、思い思いに文字や絵などを自由に書いていきます(お守りとしても代用できます)。「第3回東信地域きらきらアート展」の初日に実施しますので、展示会と併せて是非ご参加ください。

next 信州アーティスト活動促進事業

日時：令和6年12月6日(金)

午前の部10:00～12:00

午後の部13:00～15:00

会場：サントミュージゼ 第1会議室

定員：午前・午後それぞれ20名程度

注意点：事前申し込みは必要ありませんが、当日の材料がなくなり次第、時間前に終了する場合がありますので、予めご承知おください。

☆伊那会場【第9回南信地域ほかほかアート展】

会期：令和6年12月13日(金)～15日(日)

時間：10:00～17:00(最終日は12:00まで)

会場：長野県伊那文化会館(伊那市西町5776)



〇クリスマス(年末)イベントを開催します！

今年1年もサンアップルをご利用いただきありがとうございました。日頃ご利用いただいている皆さまや、近隣地区の方への感謝を込めまして、クリスマスイベントを実施します！各種イベントブースやワークショップ、舞台発表等盛りだくさんの内容です！ぜひ足をお運びください！



開催日時：令和6年12月21日(土) 13:00～16:00

内容(会場)：館内ウォークラリー(館内共用エリア)・イベントブース(体育館)・
ワークショップ(展示コーナー)・筆談カフェ(2階ラウンジ)・
ステージイベント(ホール)

参加費：無料(一部参加費負担あり)



プール利用中止のお知らせ

プール槽修繕工事のため、下記期間はサンアップルのプールをご利用いただけません。また、サンスポーツ駒ヶ根のプールについても、工事のため下記期間はご利用いただけません。

皆さまにはご迷惑をおかけしますが、ご理解・ご協力をお願いいたします。

サンアップル

利用中止期間：令和6年12月 2日(月)～
令和7年1月15日(水)

利用再開日時：令和7年 1月16日(木)
10:00～

サンスポーツ駒ヶ根

利用中止期間：令和6年12月 2日(月)～
令和7年3月末(予定)

冬季プール利用時間について

プールの遊泳時間が冬季時間に変更となっています。
期 間：令和6年11月1日(金)

～令和7年3月30日(日)

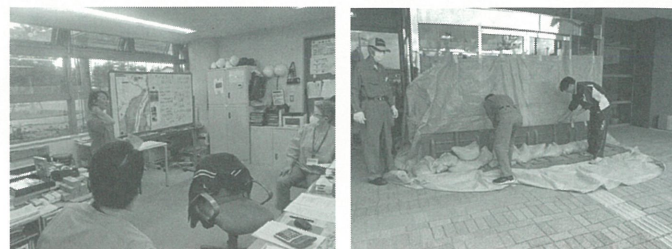
変更点：平日・土曜日 午後・夜間の遊泳時間
13:00～19:40

(17:00～18:00も利用できます)

日曜日・祝日 午後の遊泳時間
13:00～16:40

洪水避難訓練を実施しました

2019年の千曲川氾濫による洪水災害から丸5年が経ちました。サンアップルでは被災時の教訓を踏まえ、10月に洪水避難訓練を実施しました。被災当時を時系列でまとめながら、各班ごとに非常時の動きを確認しました。これからも安心・安全なサンアップルをめざします。



年末年始休館・開館時間について

サンアップル

12月28日(土) 17:00閉館
12月29日(日)～令和7年1月3日(金)まで休館
1月 4日(土) 10:00開館
1月 5日(日)から通常通り開館

サンスポーツ駒ヶ根

12月28日(土)～令和7年1月3日(金)まで休業
サンスポーツまつもと・佐久
12月29日(日)～令和7年1月3日(金)まで休業

サンアップル・サンスポーツ駒ヶ根利用カレンダー

● サンアップル休館日 ▲ 駒ヶ根休館日 ■ 共通休館日

12月							1月							2月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7				1	2	3	4							1
8	9	10	11	12	13	14	5	6	7	8	9	10	11	2	3	4	5	6	7	8
15	16	17	18	19	20	21	12	13	14	15	16	17	18	9	10	11	12	13	14	15
22	23	24	25	26	27	28	19	20	21	22	23	24	25	16	17	18	19	20	21	22
29	30	31					26	27	28	29	30	31		23	24	25	26	27	28	

サンスポーツ駒ヶ根の毎週火曜日、金曜日は出張教室のみの対応となります。

サンスポーツまつもと・佐久の定休日は、毎週月曜日、第3日曜日、祝祭日の翌日です。詳しくは各センターにお問い合わせください。



〒381-0008 長野市下駒沢586

Tel.026-295-3111 Fax.026-295-3511

■企画 Tel.026-295-3441 ■スポーツ Tel.026-295-3442

■ホームページアドレス <https://www.sun-apple.jp/>

E-mail ●総務課 sunapple@avis.ne.jp

●スポーツ課 sunsport@mx2.avis.ne.jp

サンスポーツ
駒ヶ根

〒399-4117 駒ヶ根市赤穂 1694
(長野県看護大学プール棟内)
Tel&Fax:0265-82-2901
e-mail:ks2sport@mx2.avis.ne.jp
<https://www.sun-apple.jp/sunsport-komagane/>
〒390-1702 松本市梓川 2288 番地 3
松本市役所梓川支所 2 階
Tel:0263-88-6826 Fax:0263-88-6836
e-mail:sunmatsu@mx2.avis.ne.jp
<https://www.sun-apple.jp/sunsport-matsumoto/>

サンスポーツ
まつもと

サンスポーツ
佐久

〒384-0414 佐久市下越 16 番地 5
総合福祉センター「あいとびあひだ」内
Tel&Fax:0267-82-6781
e-mail:sunsaku@mx1.avis.ne.jp
<https://www.sun-apple.jp/sunsport-saku/>

[まるかじりサンアップル] 第123号/令和6年11月22日発行(年4回発行)

Vol.123

2024.11.22



フレッシュ/ふれあい/ネット

長野県障がい者福祉センター
SUN APPLE

まるかじり

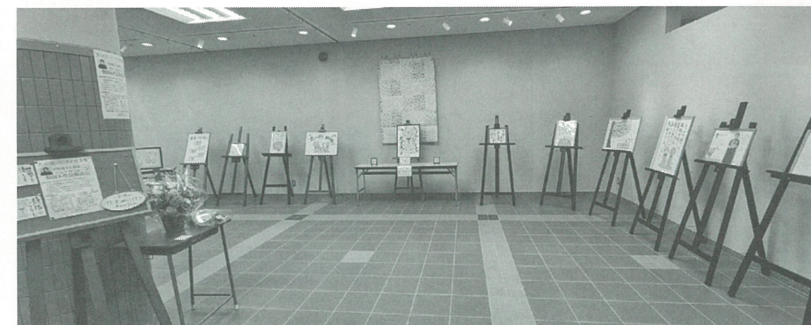
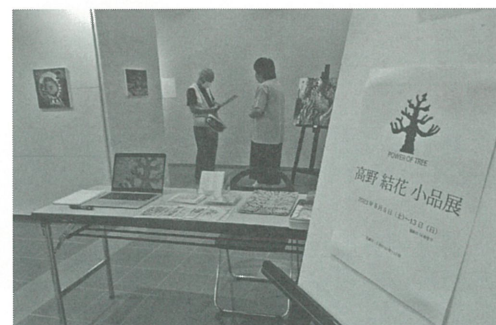
サンアップル



げいじゅつ さくひん そうさく かつどう
芸術作品や創作活動の
発表の場に！

てんじ
展示コーナー

サンアップル1階ロビーにある「展示コーナー」。障がい児・者福祉施設や団体での創作活動の発表(展示)や、障がいをお持ちの個人の方も作品発表の場として、多くの皆さまにご利用いただいております。今年度内の展示コーナーの予約は随時受け付けており、次年度の予約は来年2月より受付がスタートします(先着順)。利用時は展示に必要な備品も貸し出しておりますので、是非ご利用ください。



ロビーコンサートとしても!!

展示コーナーでは、作品展示のほかにロビーコンサート会場としても活用できます。歌唱や弦楽器演奏等の発表会場としてご利用が可能です。なお、ご利用については障がい者グループや一般グループなどの制約はございません。

「練習の成果を試したい!」「演奏発表の場がほしい...」「大規模でなくとも、発表を見てほしい...」等のご希望に沿い、お昼のひとときを皆様にご鑑賞いただく機会となります。是非ご参加お待ちしておりますので、サンアップルまでお問い合わせください!

※ただし、演奏等に係る制限がございます。

