

# かがやきひろば三陽だより

編集・発行 かがやきひろば三陽（三陽老人福祉センター） 発行日：令和4年7月1日  
〒381-0031 長野市大字西尾張部1124-6  
TEL026-259-2411 FAX026-259-2477

## 体験 アロマでリフレッシュ 和みヨガ

アロマの香りとやさしい音楽で癒されながら、ヨガでリラックスタイムを体験してみませんか

日時 8月29日・9月5日・10月3日（計3回）

いずれも月曜日 14時15分～15時半

場所 かがやきひろば三陽

対象 長野市在住で60歳以上の方

定員 15人（先着順）

受講料 300円（1回100円）

材料費 600円（アロマオイル代）

持ち物 ヨガマットかバスタオル、飲み物、タオル

申込み 8月2日（火）9時から

都合により、日程等の変更をさせていただく場合があります。ご来館の際は、マスクの着用をお願いいたします。

申込み、問い合わせ

かがやきひろば三陽

026-259-2411

ふらっとお寄りください **ちょこっとボランティア**



**ぞうきんを縫う会**

7月6日（水）・20日（水）・8月3日（水）

10時～11時半

ぞうきんや捨て布などデイサービスで使うもの等をあれこれ作ります。



**エコバッグ・封筒づくり**

7月25日（月）10時～11時半

古いカレンダーでバッグや封筒などを作ります。

# かがやきひろば三陽 夏休み子ども体験教室

互作の宿題にぴったり!

## 和紙で風鈴作り

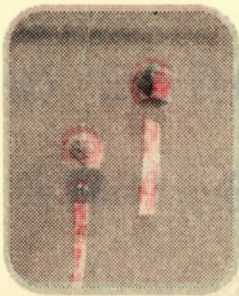
対象：小学生

保護者の方も一緒にどうぞ!  
(低学年の方は必ずお願いします)

日時 8月3日(水)  
13:30~15:30

教えてくれる人 かわぐち かあるさん  
定員 5人

水風船に好きな和紙を貼り付けて風鈴を作ります。



## ちぎり絵に挑戦

日時 8月4日(木)  
13:30~15:30

教えてくれる人 あすなる会  
定員 5人

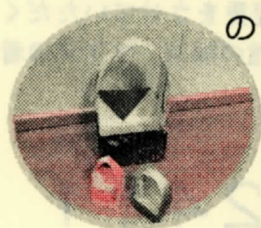
ミニ色紙に和紙をちぎって作品を作ります。



## 英字新聞でエコバッグ

日時 8月5日(金)  
13:30~15:30

教えてくれる人 わかばやし きぬこさん  
定員 5人  
持ち物 はさみのり



参加費、材料費は無料です

## ラベンダーのピエロ

日時 8月5日(金)  
10:00~12:00

教えてくれる人 ちくちく  
定員 5人  
持ち物 ハンカチ(大きめ)

ハンカチでピエロを縫って、中にラベンダーのポプリを入れます。



会場：三陽保健福祉センター

申込み 7月13日(水)~22日(金) 9時~16時

☆マスクの着用をお願いします。

☆汗拭きタオル、水分補給用の飲み物をご持参ください。

電話または窓口まで

子ども体験教室の申込み・問い合わせ

かがやきひろば三陽 ☎259-2411

住所 〒380-0031 長野市大字西尾張部1124-6

新型コロナウイルスの感染状況により、開催できない可能性があります。