

# 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10月1日  
〒381-0031 長野市大字西尾張部1124-6  
TEL026-259-2411 FAX026-259-2477

募集

## 郷土の歴史講座

# 篠ノ井線と中央線

宮下先生を講師に迎え私たちの生活にかかせない鉄道の歴史を学びます。

日時 11月4日、12月2日 金曜日 13:30~15:30

対象 長野市在住で60歳以上の方

講師 宮下 健司さん（元県立歴史館総合情報課長）

定員 20人（先着順）

受講料 200円（1回100円）

持ち物 筆記用具

申込み 10月14日（金）9:00~



# グラウンドゴルフに挑戦！

大勢でも、少人数でも気軽に  
楽しめて仲間づくりに最適な  
ニュースポーツです。

日時 11月17日（木）9:00~11:00

講師 武江 早苗さん（長野市体育指導者）

場所 サンマリーンながの屋内運動場（現地集合）

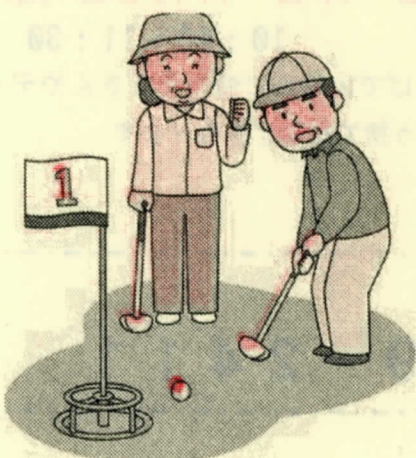
対象 長野市在住で60歳以上の方

定員 20人（先着順）

受講料 100円

持ち物 運動しやすい服装、タオル、飲み物

申込み 10月20日（木）9:00~



～午後のひととき～  
ものづくりサロン

ちょっと気楽にものづくり…  
誰でも気軽にできるものを作  
りながら楽しい時間を過ごし  
ましょう

年齢制限ありません  
お気軽に参加してください

第1回

# サンタの壁飾り



とき：11月16日(水) 13:30~15:30

場所：かがやきひろば三陽(三陽保健福祉センター内)

参加費：100円(材料費は実費)

持ち物：裁縫道具

教えてくれる人：小物づくりグループ ちくちくの皆さん

定員：12人(先着順)

申込み：10月18日(火) 9:00~



かがやきひろばの  
ブログがあります  
左のQRコードから  
ご覧ください

## 交流会

## 花と苗と種の

園芸福祉ボランティア  
マーガレットの会

とき：10月17日(月)

13:30~なくなり次第終了

場所：三陽保健福祉センター  
西側駐車場

交換する種や苗、いらぬ鉢がある方はお持ちください。もらうだけでも歓迎です。

※持ち帰り用の入れ物をご持参ください

## ちょっとボランティア

\*エコバッグ・エコ封筒づくり

10月17日・31日 11月14日(月)

10:00~11:30

不要のカレンダーで作ります。デイサービスの利用者さんがバッグにして近隣のお店に寄付しています。封筒はひろばだよりの発送等に使用します。

どなたでも参加できます  
あなたの力を貸してください

\*ぞうきんを縫う会

10月5日・19日 11月2日(水)

10:00~11:30

かがやきひろばで消毒用に使うぞうきんやデイサービスで使う捨て布などを作ります

申込み・問い合わせ 電話または窓口まで

かがやきひろば三陽 026-259-2411