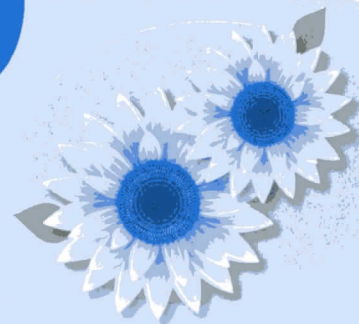




まるかじり

サンアップル



くみ しゅつえんしゃ

こせい ゆた

11組の出演者による個性豊かなステージ!

だい かい ぶんが げいのう はっぴょうがい

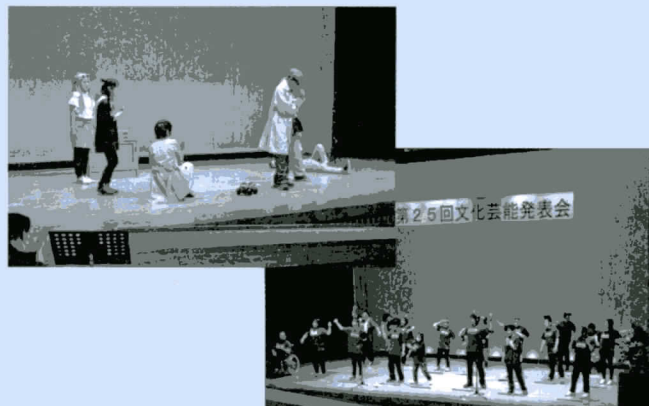


第25回文化芸能発表会



7月1日(土) サンアップルホールにて、「第25回文化芸能発表会」を開催し、10組の個人・団体の方が出演されました。演目はドラムやハーモニカ、ピアノ等の楽器演奏、ダンス、演劇等と多岐にわたり、それぞれ日頃の練習の成果を存分に発表いただきました。またスペシャルゲスト出演として、長野市「琴城流(ぎんじょうりゅう)大正琴 れもんの会」の皆様をお招きし、大正琴の素敵な音色を披露していただきました。

第25回所長賞を受賞されたのは「ピアノ(戦場のメリークリスマス・ノクターン・ヘイ ジュード)」を演奏された中島龍杜さん。



次いで敢闘賞を受賞されたのは「ダンスとフルートのコラボレーション(アメージンググレース・千本桜)」を披露されたKazuya & Asakoさん、特別賞を受賞されたのは「ピアノ(TAKUMI/匠)」を演奏された下平隼勢さんでした。おめでとうございます。

今回ご出演いただき、素敵な発表・演奏を披露していただいた皆様、ご鑑賞いただいた皆様、ご協力いただいた全ての皆様に感謝申し上げます。ありがとうございました。

所長賞受賞者 中島龍杜さんに聞きました!

○ピアノを始めたきっかけは?

家に祖母が認知症予防に使っていたピアノがあり、物心ついた時から遊びでピアノを弾きはじめました。

○練習の様子をお聞かせください。

週1回音楽教室に通っています。楽譜が読めないのので、先生のお手本のCDを聴いて自分で練習します。教室で、先生に指使いや拾った音の間違い等を指摘してもらって弾けるようにしていきます。

○今後の目標を教えてください!

今回の発表会に集まって下さった皆様が、自分の演奏を聴いてくれたことがとても嬉しかったです。今後も更に色々な曲が弾けるようになり、またどこかで色々な人にピアノを聴いて楽しんでいただけるよう頑張りたいです。



中島龍杜さんは、9月24日(日)にサンアップルで開催される「第26回長野県障がい者文化芸術祭 ステージイベント」にもご出演していただく予定です。

第4回!

とっけき
突撃!!

うわさ
噂

のクラブ
in サンスポ 駒ヶ根

水泳サークル
スマイル



「泳げるようになりたい」「プールが好き」「運動不足解消」などなど…、目的は様々です。現在、小学校低学年から成人までのメンバーが個々のレベルや、目的に合った練習で水に親しんでいます。



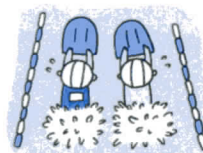
まずは 体操 みんなでラジオ体操をします。



練習風景 泳力に合わせてコースに分かれ、練習に取り組みます。コーチ2人が指導にあたります。

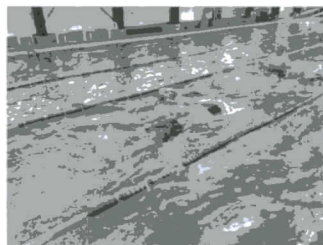


締めは サザエさん プールサイドで動きの指示を出すのはスマイルメンバー😊曲に合わせて水中で動くのも楽しいです。



【活動予定】

日程：土曜日（月3回）
時間：15：15～16：15
場所：サンスポ 駒ヶ根 プール
興味のある方は、いつでも見学・体験お待ちしております!!



サンスポまつもと
第27回水泳記録会

開催日：令和5年10月1日（日）
場所：松本市庄内屋内プール
対象者：障がいのある方・家族・介助者（小学生以上）



記録に挑戦！ビート板使用や水中歩行など、初心者も気軽に参加できる種目や交流リレーもあります。

サンスポ佐久
第11回ふれあいウォーキング

開催日：令和5年9月9日（土）
場所：東御市芸術村公園
対象者：どなたでも



自然豊かな公園内を、楽しいゲームにチャレンジしながら歩きます。障がいのある方もない方も、無理なく歩けるコースです。ぜひご家族・お友達・施設の仲間とご参加ください。

サンスポ 駒ヶ根

第19回ふれあいウォーキング

開催日：令和5年10月9日（月・祝）
場所：宮田村総合公園ほか
対象者：どなたでも

障がいの有無、年齢に関わらず、地域で盛り上げられるイベントです。車いす利用者ももちろん参加可能です。みんなで楽しみましょう。



サンアップル

第25回バドミントン大会

開催日：令和5年10月21日（土）
 場所：サンアップル体育館ほか
 対象者：障がいのある中学生以上の方



昨年に引き続き、今年も車いすクラスを設けます。他にも、初めての方が参加しやすいBクラスや、経験者向けにチャンピオンクラス・Aクラスがあります。日頃の練習の成果を試みましょう！

第12回サッカー大会

開催日：令和5年11月4日（土）
 場所：筑北村サッカー場
 対象者：知的・発達障がいのある小学生以上の方



仲間と元気にボールを追いかけ、ゴールを目指そう！レベル・経験に応じたクラスごとで試合を行ないます。初めて参加される方、サッカー初心者の方も安心してチャレンジできる大会です。ご参加お待ちしております。

ぶんかじょうほう 文化情報

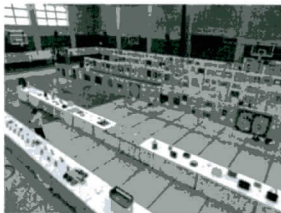
第26回長野県障がい者文化芸術祭 inながの

いよいよ9月23日（土）・24日（日）に「第26回長野県障がい者文化芸術祭 inながの」が開催されます。会場は昨年に引き続き、長野県障がい者福祉センター（サンアップル）となります。また、ウェブサイトにも出品作品の紹介や展示風景の掲示を行う「WEB展示会」も行ないます。出品された方の大作を、ぜひご覧ください。

作品展・川柳展・ステージイベント・クラフト体験会・福祉施設バザー

開催日時：9月23日（土）9：00～16：45
 24日（日）9：00～16：00
 展示場所：長野県障がい者福祉センター「サンアップル」
 参加費：無料

※福祉施設バザー・クラフト体験会は23日（土）、ステージイベントは24日（日）の開催になります。



WEB展示会

本展開催後に、ウェブサイトにて入賞作品の紹介や展示風景を掲示します。（公開は秋以降を予定しています）
 ホームページアドレス：
<http://nagano-bungeisai.jp>
 ※スマートフォン・タブレットからもご覧いただけます。



締め切り せま 締切迫る！

おお おつほ ま 多くのご応募お待ちしております！

「作品展 文芸部門」 8月18日（金）まで

応募資格：長野県内に住所を有する障がいのある方
 募集作品：短歌・俳句・自由詩（400字以内）の文芸作品。
 テーマは自由。
 応募点数はひとり3点以内。ただし、自由詩はひとり1点。
 応募方法：所定の「文芸作品」申込書に必要事項・作品を記入し、下記事務局あてにメール・郵送またはFAXにてご応募ください。
 表彰：優れた作品には次の賞を贈ります。
 最優秀賞 1点 優秀賞 3点
 特別賞・奨励賞 若干

「川柳展」 8月18日（金）まで

お 題：①「私の故郷」部門
 ②自由部門（自由吟）
 応募資格：県内在住の方ならどなたでもご応募できます。
 応募方法：住所・氏名（ペンネームの場合は本名も記入）・電話番号を明記の上、ふりがなをつけ、下記事務局あてにメール・郵送またはFAXにてご応募ください。なお、各部門ひとり一句までとします。
 表彰：金賞（一席） 1点
 銀賞（二席） 2点
 銅賞（三席） 3点



作品送付先・お問合せ先

長野県障がい者文化芸術祭実行委員会事務局
 〒381-0008 長野市下駒沢586 長野県障がい者福祉センター「サンアップル」内
 TEL:026-295-3111 FAX:026-295-3511 E-mail:sunapple@avis.ne.jp

すいぼう しょうぼうくんれん じっし そな
水防・消防訓練を実施しました ~もしもに備えて~



7月12日、令和元年の洪水・浸水による被災の経験を踏まえて、止水板設置や土のう設置等の水防訓練・洪水時避難等研修を行ないました。また消防訓練として、夜間の火災発生時における職員の動きを確認しました。夜間の宿泊者有りの想定という事で、職員間の声掛けや各々の役割を確認し、宿泊者を安全に避難誘導する訓練をしました。併せて誤報であった場合の対応方法についても確認をしました。



災害はいつ何時起こっても不思議ではありません。改めて防災・減災へ意識を高める訓練となりました。

りょう
ぜひご利用ください!
 むりょう そうげい しけん うんこう
サンアップル無料送迎バスの試験運行について

より多くの皆様にサンアップルをご利用いただけるよう、土日・祝日に1日3便を試験的に運行します。当面は予約不要です。サンアップルを利用されたことのない方も、この機会にぜひお出かけください。



運行期間：令和5年7月1日（土）～令和5年9月30日（土）【3か月間】

運行日：上記期間の土曜日、日曜日及び国民の祝日

運行区間：三才駅 ↔ サンアップル ↔ 柳原駅

運行時刻表

	三才駅発	サンアップル発	柳原駅着	柳原駅発	サンアップル発	三才駅着
①	9:40	9:45	9:55	10:05	10:15	10:20
②	12:50	12:55	13:05	13:15	13:25	13:30
③	14:30	14:35	14:55	15:30	15:40	15:45

こまがね りょう
サンアップル・サンスポート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

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

サンスポート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。
 サンスポートまつもと・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。



長野県障がい者福祉センター **サンアップル**

SUN APPLE

〒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 <http://www.avis.ne.jp/~sunapple/>
- E-mail ●総務課 sunapple@avis.ne.jp
- スポーツ課 sunsport@mx2.avis.ne.jp

サンスポート
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
<http://w2.avis.ne.jp/~ks2sport/>

サンスポート
まつもと

〒390-1702 松本市梓川梓 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
<http://w2.avis.ne.jp/~sunmatsu/>

サンスポート
佐久

〒384-0414 佐久市下越 16 番地 5
 総合福祉センター「あいとびあひ田」内
 Tel&Fax:0267-82-6781
 e-mail:sunsaku@mx1.avis.ne.jp
<http://w1.avis.ne.jp/~sunsaku/>