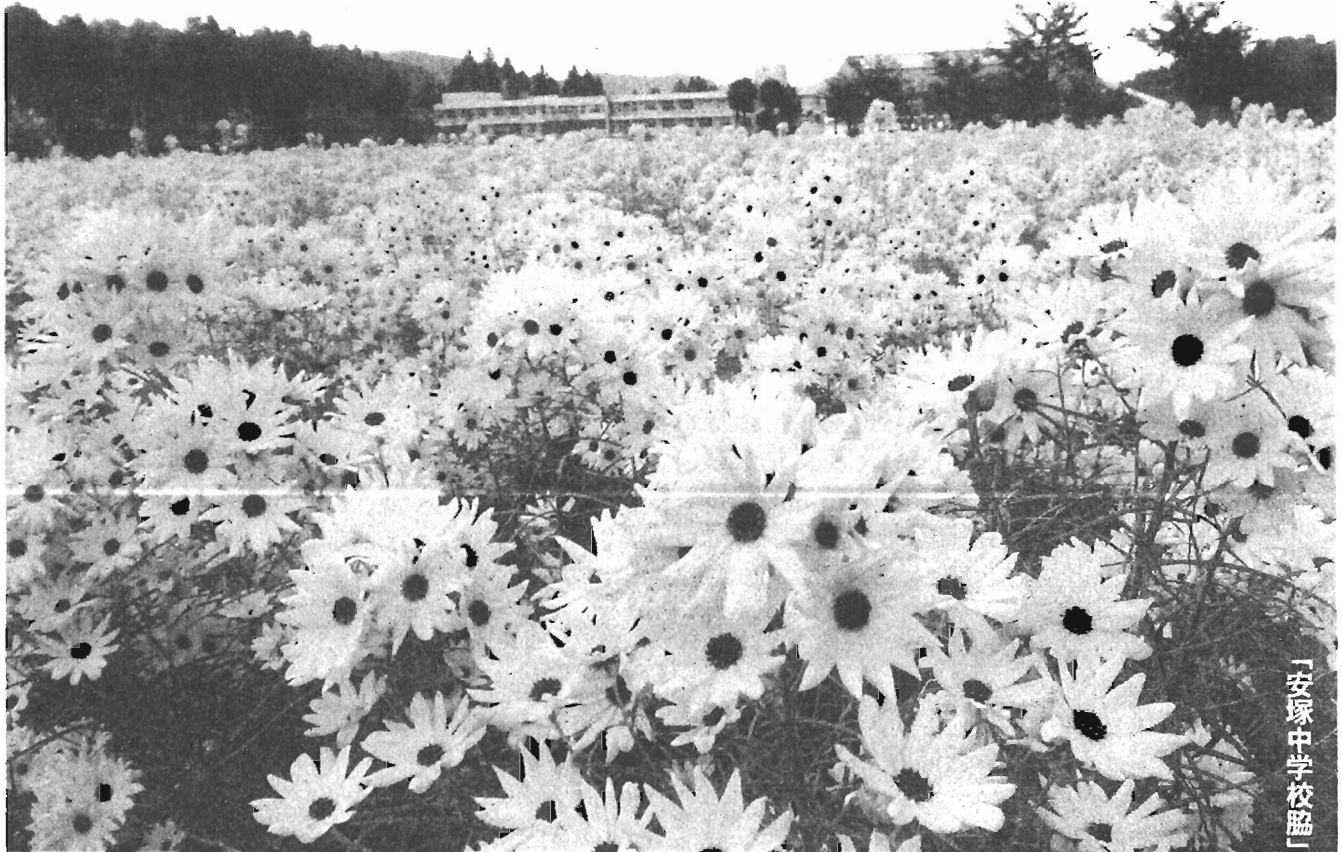


2008年 11月1日発行

「NPO雪のふるさと安塚」だより

120万本の柳葉ヒマワリが今年も見事に咲きました！



「安塚中学校脇」



「大原」

~~~~~  
 \* 皆様のご協力のおかげで、安塚の秋の花「柳葉ヒマワリ」  
 120万本が見事に、花を咲かせました。  
 新聞、テレビなどで報道され、大勢の方が安塚を訪れました。  
 ~~~~~

* これからも「花いっぱい」の景観づくりに、地域の皆様のご協力をよろしくお願いいたします。

ご利用ください！

コピー 1枚 8円
 印刷 A4 21枚目から2円
 A3 " 3円
 文書作成 A4 500円
 など
 * 皆さんどうぞご利用ください。

「NPO 雪のふるさと安塚」事務局は安塚コミュニティプラザ館内です。
 いつでも気軽にお立ち寄りください。

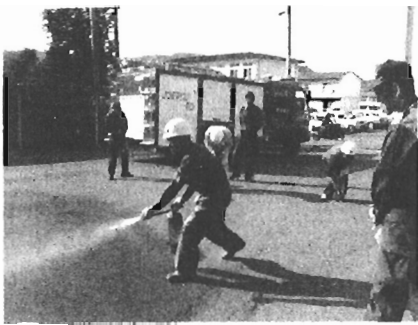
TEL: 025-592-2004 FAX: 025-592-3540
 (IP電話でも通じます)

ホームページ <http://www.yasuzuka.net/>
 NPO 雪のふるさと安塚でも検索できます。



お知らせ

コミュニティプラザで消防訓練を行いました



消火訓練のようす

10月16日、東頭消防署の指導の下、安塚コミュニティプラザ・2階調理室から火災が発生したとの想定で訓練を開始しました。
不特定多数の方がおいでになる施設ということで、各階、各部屋の皆さんを確認しながら通報訓練、避難誘導訓練、消火訓練をしました。

認知症とは？

NPO第1部会では10月16日、安塚コミュニティプラザで上越市認知症相談センター相談員・秦五津子さんを講師にむかえ「認知症について」の講演会を開催しました。

「認知症を理解しよう」と題して話をいただきました。

講演の中からポイントをいくつか紹介します。

- ①認知症は、誰にでも起こる可能性のある「脳の病気」です。
その症状は？
記憶障害、見当識障害、理解力・判断力の低下、
話せない・話の理解ができないなど。
- ②早期発見・早期治療・適切なケアが大切
- ③年長者であるプライドや喜怒哀楽の感情は保たれる。
- ④介護を長続きするためには、一人で抱え込まない。
- ⑤予防は人との交流が大切、笑い、大きな声で歌う・・・歌は心の栄養剤
- ⑥地域はよき理解者、協力者になり支える。 などです。



総合事務所からのお知らせ

■■公民館講座■■

氣の力でリフレッシュ！太極拳を体験しよう

中国の民族文化遺産である太極拳。
健康を高め、病の予防として行われている太極拳は頭を使った全身運動です
体内の代謝の向上を図り、「老化を予防する」効果あり！！
ぜひご参加ください。

○日 時 11月13日(木) 10時から11時30分

○講 師 松井和代
ペアーレ上越、ビックネス上越、三和太極拳協会
ほか2団体で現在指導中。

○会 場 安塚コミュニティプラザ 和室A・B

○参加料 100円

○定 員 20人

- * かやぶき美術館特別鑑賞会
- * 「農村の原風景を・・・ ギターの調べに乗せて」
- * かやぶき美術館には、日本の原風景ともいえる懐かしい
- * かやぶき民家を題材にした作品が展示されています。
- * 当日は、ギターの弾き語り演奏とともにゆったりと作品
- * 鑑賞を楽しみましょう。
- * 当日は、絵画の作者：松苗一正さんも来てくださいます。

○日 時 平成20年11月24日(振替休日)
午後2時から(約1時間30分)

○演奏者 上越新堀ギター音楽院
代表 中村真二 *安塚区高沢在住

○会 場 かやぶき美術館

○入館料 一般 300円
市外小中学生 100円

*市内小中学生は無料

(問合せ) 教育・文化グループ *担当: 大島

TEL 025(592)2003 FAX 025(592)2088