

2014年11月1日発行

「NPO雪のふるさと安塚」だより

<自主事業（部会活動）第3部会>

10月4日、安塚コミュニティプラザホールにて「文化講演会～地域の演奏家たち～」が開催され大勢の皆さんが参加されました。

第1部に二胡とギターの演奏、第2部に和太鼓演奏で行われました。出演者たちの音楽を始めたきっかけや、音楽を通してこれからの思いなど演奏を交え話して下さいました。

最後は、和太鼓演奏に二胡とギターも加わり会場を盛り上げてくれました。秋の夜長に楽しい講演会となりました。



<自主事業（部会活動）第4部会>

第3回黄金の回廊 ヤナギバひまわりin安塚

10月4日（土）～10月13日（月・祝）の10日間安塚中学校裏のメイン会場に「案内所」兼「いっぴく処」を開設し、区内外からお出でくださいました方々の「おもてなし」をいたしました。今年は昨年より1週間少ない期間でしたが、昨年より1,300人多い約3,100人の皆様からお出でいただきました。

スタンプラリーも162名の応募をいただき、抽選の結果特別賞を含む23名の方々に賞品をお送りいたしました。また、物産販売につきましては「山本ぶどう」、地元のお菓子や手づくりパン、野菜の販売、市民大学2008の会やよもぎの会、長野のリンゴや糸魚川からは木工品の販売もあり賑やかにしていただきました。地元の出店が無いのが残念ですが、今後は地元の皆さんの出店のご協力をお願いいたします。



<自主事業（部会活動）第2部会>

10月15日 安塚コミュニティプラザ大会議室にて、「和紙を使った作品づくり」を行いました。

平成23年度から始めた「和紙づくり」。今回初めて、自分たちではじめから作った和紙で、思い思いの作品を作りました。

この作品は、3日に行われる文化展（主催：安塚区文化協会）に展示されます。



コピー・印刷機のご利用について <会員価格>

| | | |
|---------------------------|----|-----|
| コピー 黒（B5～A3） | 1枚 | 8円 |
| コピー カラー（B4まで） | 1枚 | 35円 |
| コピー カラー（A3） | 1枚 | 50円 |
| 印刷機（B5・A4） | 1枚 | 3円 |
| 印刷機（B4・A3） | 1枚 | 4円 |
| （印刷機の利用は、原稿1枚につき21枚以上印刷時） | | |
| 利用時間：平日 8：30～17：30 | | |

「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。いつでもお気軽にお立ち寄りください。

また、コミュニティプラザの利用やNPO 雪のふるさと安塚に対する意見要望もお寄せください。

〒942-0411 上越市安塚区安塚777番地

TEL:025-592-2004

FAX:025-592-3540

HP: <http://www.yasuzuka.net/>



皆さんの骨の年齢は、何歳ですか？

10月22日、安塚コミュニティプラザ大会議室で、ゆきだるまクリニック院長小林司先生を迎え、「骨粗しょう症について」を行いました。

最初に、骨密度と血圧の測定を行いました。次は、骨粗しょう症についての講演です。

骨の役割の説明、骨が減るメカニズム、骨折の特徴などを話しました。

骨粗しょう症の予防には、①適度な運動、②日光浴、③カルシウムの摂取の3つが大切とのことでした。

参加された皆さんは、「自分の骨密度を知ることができよかった。」「骨粗しょう症にならないように今日聞いたことを実践してみようと思う。」などの感想がありました。



総合事務所からのお知らせ

～地域の「いいもの」いっぱい！～第3回大浦安げんき市

■ 日 時：11月9日（日）午前9時～午後1時（予定）

■ 場 所：キューピットバレイ（安塚区）

安塚区、浦川原区、大島区の方々が、互いに交流を深めながら企画・運営する朝市です。地域の特産品、農産物、農産加工品、雑貨などの出店があります。多くの皆さまのご来場をお待ちしています。

◆問合せ 大浦安げんき市実行委員会事務局（浦川原事務所内）TEL 025-599-2301

安塚地区
公民館講座

◇◆◇ 学び舎講座 ◇◆◇

「手指をほぐして心も体も柔軟に」

と き：12月1日（月）午前10時～午前11時30分

会 場：行野地区集落開発センター

内 容：手の指を回したりそらしたり…座ってゆったり体をほぐして脳も活性化させてみましょう！

講 師：饒村（におむら） 彰子さん

募集人数：20名程度

受講料：100円

申込み・問合せ：安塚地区公民館（総合事務所内 担当:石田）TEL 025-592-2003

11月27日(木)までに
お申し込みください

安塚子育てひろば情報



未就園のお子さんの遊び場、保護者の方々の情報交換の場として開放しています

場 所 安塚中学校交流室内 ☎595-1414

開放日時 毎週月曜日から金曜日までの平日、午前9時30分から正午、午後1時から3時30分まで

利用料金 無料

申し込み 必要ありません



▼保育園児との交流【14日(金)9:30～】

保育園で子育てひろばを開設し、在園児と遊びます
申し込みは不要で、当日、保育園に直接お越しください

▼育児相談会【19日(水)10:00～11:30】

保健師による身体計測、健康相談、栄養相談を行います
どなたでもお気軽にお越しください

▼お楽しみ会「かごめかごめ」（パネルシアター）【26日(水)11:00～】

かわいい動物たちがたくさん出てくるお話です

