

ハロープラザだより

回
覧

令和6年3月20日発行
第95号

〒329-2801 那須塩原市関谷 1266-4 TEL: 35-2006 FAX: 35-3389
E-mail: kou-hello@city.nasushiobara.tochigi.jp

本年度最後の事業紹介です！
次年度もたくさんの方の参加を
お待ちしております。



桃の節句に合わせ、ハロープラザの桜と
桜染のストールを飾りました。

家庭教育学級



笑顔！ 笑顔！ 笑顔！

2月29日（木）大貫保育園において家庭教育
学級「親子で運動遊び」が開催されました。

運動遊び指導者の垣内めぐみさんを講師にお
迎えし、親子遊びを通して、幼児の発達段階に
応じた運動を取り入れるプログラムを学びました。
親子の笑顔あふれる楽しい講座になりました。

はじめての草木染め ③



思い思いの色に仕上がりました。

2月17日（土）3回目の草木染めは「さくら
染め」。

1, 2回目と同じく渡邊純子さんを講師にお迎
えし、桜の枝を煮詰めて作った染液を使いス
トールを染めました。また、途中、桜の紅茶やク
ッキーでティータイムも楽しみました。

ちょこっと ピラティス&エアロ教室



ストレス発散にも効果あり！

3月10日（日）から3週（3回）にわたり
エアロビクスインストラクターの墨谷真理江
さんを講師にお迎えし、ピラティスとエアロ
を行いました。少し不規則な運動を組み込み、
体と脳に刺激を与えました。終了後のさわやかな
笑顔が最高でした。

次年度事業を少し紹介します

- 【やしお大学】高齢者を対象とした事業です。（次年度受講者を募集します。詳しくは裏面のとおり！）
- 【わんぱくチャレンジ塾】小学生が対象です。
- 【歴史講座】郷土を巡る講座（4回）と座学の講座（3回）
- 【ハイキング】5月と10月に実施。（5月開催分の参加者を募集します。詳しくは裏面のとおり！）
- 【ハロープラザまつり】、【草木染め】、【味噌づくり】、【キムチづくり】なども予定しています。お楽しみに！

裏面もご覧ください

「初夏のハイキング」参加者募集！

《ハロープラザ&塩原公民館共催》



今回は、白河・表郷の「天狗山遊歩道花まつりコース」を歩きます。
可憐な花々を楽しみながら、初夏の自然を十分に満喫しましょう!!

- 日 時：5月17日(金) 午前8時出発～午後4時解散(予定) ※雨天中止
- 行 程：塩原支所⇒ハロープラザ⇒天狗山駐車場
 ⇒天狗山遊歩道ハイキング(歩行距離約2km 起伏が緩やかなコースです)
 ⇒駐車場⇒白河の関公園(昼食休憩・周辺散策)⇒ハロープラザ⇒塩原支所
- 募集人数：30名(箒根地区15名 塩原地区15名 ※先着順)
- 申し込み：4月3日(水)から4月14日(日) 午前9時～午後5時
 ハロープラザへ電話(☎35-2006)か窓口にて(月曜日を除く)
 ※ 塩原地区の方は塩原公民館(☎32-3812)へお申し込みください。
- しめきり：4月14日(日)又は定員になり次第しめきります。
- 参加費：無料(昼食持参) ※参加者には後日詳しいお知らせをいたします。

「やしお大學」受講者募集！

高齢者の皆さまが楽しく生き生きと暮らせることを目的に、教養、健康、娯楽、仲間づくりを行います。

- 対 象：60歳以上の箒根地区住民
- 期 間：5月～1月(8回)
- 募集人員：30名(定員を超えた場合は抽選とさせていただきます。)
- 申込期間：4月9日(火)から4月21日(日) 午前9時～午後5時
 ハロープラザへ電話(☎35-2006)か窓口にて(月曜日を除く)

日 程 時間は13:30～15:30。 移動教室を除く。	内 容
5月29日(水)	開校式・交通安全教室
6月26日(水)	指ヨガ(血流改善)
7月24日(水)	移動教室
8月28日(水)	未定
9月25日(水)	ものづくり講座「ボタニカルランプ作り」
11月13日(水)	健康講座「オーラルフレイル&攻めの間食」
12月11日(水)	未定
1月29日(水)	和菓子作り・閉校式

※都合により日程や内容が変更となることがあります。

