

ポプラの会のホームページのURLが新しくなりました。

ポプラ通信

No.193 2024年4月



新しいQRコードです
HPにアクセスできます

NPO 法人ポプラの会

地域活動支援センター・ポプラ

長野県ピアサポートネットワーク 代表・事務局

〒380-0838

長野県長野市県町460-2

長教ビル2階203号室

発行責任者 山本 悦夫

電話 026-219-2780

FAX 026-219-2740 (専用回線)

E-mail : nagano.peer-support@kind.ocn.ne.jp

(新) ホームページ <https://www.poplar-nagano.org>

日が長くなりましたね。朝夕の明るさに春を感じる今日この頃です。庭には草木の芽が出てきて、桜前線も北上して気持ちが明るくなります。春は気温の変化も大きいので体調の変化を感じやすい季節です。十分に睡眠や休養や栄養をとりウォーキングやストレッチをして心身共にリラックスしたいですね。なるべく健康でいたいものです。さあ～気持ちを新たに出発です。また、ポプラでは、電話・面接にて相談をお受けしております。

初めての方も見学大歓迎です。皆様のご参加・ご利用をお待ちしております。

≪4月のプログラム≫ 場所 ポプラの会事務局

日	月	火	水	木	金	土
3/31 休館日	1 (*^、^*)	2 映画鑑賞の日	3 パソコン教室 13:30~15:30	4 ^^)_U~~	5 お茶のみ交流会 13:30~15:00	6 休館日
7 休館日	8 ヨガ教室 13:30~15:00	9 お花見 休館日	10 (*^、^*)	11 アートひろば ポプラ 13:30~15:30	12 書道教室 13:30~15:00	13 休館日
14 休館日	15 (*^、^*)	16 ピアカウンセ リング 13:30~15:00	17 パソコン教室 13:30~15:30	18 スタッフ研修 3時閉館	19 ポブランド 13:30~15:00	20 ピアサポ 総会・交流会 休館日
21 休館日	22 ヨガ教室 13:30~15:00	23 映画鑑賞の日	24 作って食べよう会 12:00~	25 アートひろば ポプラ 13:30~15:30	26 書道教室 13:30~15:00	27 休館日
28 休館日	29 昭和の日 休館日	30 (*^、^*)	5/1 パソコン教室 13:30~15:30	5/2 *^、^*)	5/3 憲法記念日 休館日	5/4 休館日

参加費：無料 (お茶代30円) コーヒー、紅茶、緑茶、ミルクココア、ウォーターサーバーで天然水が飲めます。利用登録：予約無しでどなたでも来所・ご参加頂けます。初めての方もどうぞお気軽にご見学・お問い合わせください。登録は無料です。利用される際はご登録とご契約をお願いします。

個人情報厳重に保管し、守秘義務を守ります。

活動日：月・火・水・木・金 (土日祝祭日・夏季冬季休暇は除く) 来所・電話受付時間 10:00~17:00

開館日：顔文字のところも開館しています。プログラムのご参加に関するご連絡する場合がありますがご了承ください。

HPもご参照ください。電話・面接相談：研修を受けているピアスタッフが話を伺います。個人情報を守ります。

●お茶のみ交流会でフリートークなどを楽しみます。●ポブランドはメンバー会です。●書道教室は第2・4

金曜日です。筆か鉛筆をご用意ください。●ポブランドは行きます。●ピアカウンセリングのテーマは「信頼関係を

築くには!?」です。●アートひろばポプラは創作活動です。●ヨガ教室は2回行きます。ヨガマットは貸し出します。

●パソコン教室はWord基礎です。パソコンの貸し出しあります。*憩いの場にて大型モニターで動画・音楽の配信を視聴

できます。●作って食べよう会を開催します。●図書、CDの貸出もありますのでご利用ください。

●面接相談は予約頂ければ幸いです。当日のお越し、お電話でも結構です。見学も大歓迎です。

●コロナ感染予防の対策の為、来所時には受付にて手指の消毒とマスクの着用・検温をお願いしています。暖房もつけておりますが、換気も随時行っております。何とぞご理解・ご協力をお願いいたします。

<地域活動支援センター・ポプラからのお知らせ>

☆4月は城山公園でお花見があります。皆様のご参加をお待ちしております。

令和6年度 NPO 法人ポプラの会 総会のご案内

令和6年度の総会を開催します。

皆様にご出席を賜り会の運営や活動についてご意見賜りますようお願い申し上げます。

会員様にはポプラ通信5月号にハガキを同封します。ハガキにご出欠をご記入頂き、欠席の場合は委任状にご署名頂き、ポプラの会までご返信頂けますようお願い申し上げます。委任状の期日…5月24日(金)

日時：6月1日(土) 13:00~14:10 令和5年度事業報告・収支報告・令和6年度事業計画・予算案他

場所：ポプラの会事務局 お問合せ：NPO 法人ポプラの会 電話：026-219-2780

令和6年度長野県ピアサポートネットワーク総会・交流会

日時：4月20日(土) 場所：松本市中央公民館Mウィング3階会議室(松本市中央1丁目18-1)

総会 13:00~14:20(会員様のみ) 令和5年度事業報告・決算報告 令和6年度事業計画・予算案・役員体制等

交流会 14:30~15:50 テーマ「支え合って共に生きる」少人数に分かれて交流します。

参加費：無料 どなたでもご参加いただけます。

申込み・問合せ：長野県ピアサポートネットワーク事務局(NPO 法人ポプラの会内)

電話：026-219-2780 FAX：026-219-2740

✿ ポプラランド・お花見のご案内 ✿

今年も城山公園の桜を見ながら散策をします。

皆さまのご参加をお待ちしております。

日時：4月9日(火) 11:30~12:30 雨天決行

集合場所：長野県立美術館前入口

目的地：長野市城山公園(現地集合・現地解散)

持ち物：水筒、雨具、マスク

その他：ポプラの会の駐車場にお車を

駐車される方は事前にご連絡ください。

申込み：必要(チラシをご覧ください。)



✿ 作って食べよう会 ✿

4月は春野菜の Pasta を作ります。野菜を食べて身体の調子を整えましょう。

日時：4月24日(水) 12:00~14:00

メニュー：☆ 春野菜の Pasta ☆ スープ

☆ サラダ ☆ スイーツ

参加費：300円

持ち物：エプロン・三角巾・ハンカチ

締切り：4月23日(火) 12:00まで

申込み：必要 ポプラの会まで

食べるだけの参加も可です。

皆様のお越しをお待ちしております。



<<ポプラランドのご案内>>

今月は皆さんで、4月のお花見の感想をお話したり、

フリートークをしましょう(マスク着用)

お茶菓子が出ます。

日時：4月19日(金) 13:30~15:00

内容：お花見の感想、フリートーク

場所：ポプラの会事務局



マスク着用をお願い

令和5年3月13日より、マスクの着用は個人の判断になりましたが、ポプラ内では施設としてマスクの着用・消毒・検温を引き続きお願いいたします。

きょうされん全国署名のお願い

今年度もきょうされん全国署名に取り組んでいます。

先に同封した署名にご協力をお願いします。

募金もお願いいたします。締め切り…令和6年4月末日

☆多 映画鑑賞会のご案内 ☆多

ポプラで映画、(邦画・洋画)ドラマ、アニメなどの作品を鑑賞します。参加費は無料です。プログラムの無い日も鑑賞できます。一緒に映画を楽しみませんか?

4月2日(火) 13:30~15:30

『パーフェクトワールド』2018年 103分

4月23日(火) 13:30~15:30

『コーダあいのうた(吹き替え版)』2022年 112分

能登半島地震の募金の御礼

ポプラでは能登半島地震の募金活動を行っています。玉木斜恵さんがペーパーキリングの作品をご提供くださり、皆様にも募金を頂いております。

玉木様、皆様のご厚意に心より御礼申し上げます。

石川県への義援金は募金とポプラの会から併せて

19,262円です。(2024年3月25日現在)

今後も支援を継続して参ります。

募金のご協力も宜しくお願い申し上げます。

会員継続・新規会員のお願い

いつも当会や精神保健福祉向上の為の御支援を賜り、誠にありがとうございます。

会員様には毎月のポプラ通信、行事や研修等のお知らせ、ポプラだより等をお送りします。

会費は普及啓発・相談支援、施策提言、権利擁護、ピアサポート活動推進、交流、研修の活動費に充てられます。

来年度も会員の継続、新規入会の御支援を宜しくお願い申し上げます。

年会費：メンバー会員 一口 2,000円より

一般会員 一口 2,000円より

ご寄付 一口 1,000円より

同封払込取扱票にて郵便局でお振込み、事務局にご持参でお願いします。

振込先：口座番号 00570-0-59828 NPO 法人ポプラの

会振込手数料：ATM 152円 窓口 203円 ご持参 0円