

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.205 2025年4月



HPにアクセスできます  
新しいQRコードです

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](mailto:nagano.peer-support@kind.ocn.ne.jp)

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

4月は、学校、社会生活ともに新しい年度の始まりです。桜の開花の中、ランドセルを背負った小学1年生、真新しいスーツ姿の新入社員を目にすると、懐かしさと同時に、あの緊張感を思い出します。これから厳しい社会の中で、他者との競争に追い立てられるのかと。昔から「流れる水は先を争わず」と言う良い言葉があります。ポプラの会は、他者に対して穏やかで、思いやりに満ちた癒しの場所でありたいと努力しています。会員の皆さん、春ですよ。独りで籠もらないで、安らぎの場を見つけにお出で下さい。

## ≪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
3/30 休館日	3/31 (*^_^*)	4/1 映画鑑賞の日 13:30~15:30	2 (^^^)	3 !(^^)!	4 お茶のみ交流会 13:30~15:00	5 休館日
6 休館日	7 (^^) _U~~	8 城山公園でお花見 休館日	9 パソコン教室 13:30~15:30	10 アートひろば ポプラ 13:30~15:30	11 書道教室 13:30~15:00	12 休館日
13 休館日	14 映画鑑賞の日 13:30~15:30	15 ピアカウンセリング 13:30~15:00	16 ポーセラーツ 13:30~15:30	17 ジャズダンス 13:30~14:30	18 ポブランド 13:30~15:00	19 休館日
20 休館日	21 ペーパークイリング 13:30~14:30	22 作って食べよう会 12:00~14:00	23 パソコン教室 13:30~15:30	24 アートひろば ポプラ 13:30~15:30	25 書道教室 13:30~15:00	26 ピアサポ 総会・交流会 休館日
27 休館日	28 振替休日 休館日	29 昭和の日 休館日	30 (*^_^*)	5/1 (^^)/	5/2 お茶のみ交流会 13:30~15:00	5/3 憲法記念日 休館日

利用料：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お話を伺います。守秘義務個人情報を守ります。  
 ●お茶のみ交流会でお茶菓子を頂き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金曜日と第4（金）曜日です。筆か鉛筆をご用意ください。●ポブランドは18（金）にメンバー会です。ポプラの会で行います。☁️ピアカウンセリング15日のテーマは「リカバリーについて」です。●アートひろばポプラは創作活動です。画材は用意あります。●今月はポーセラーツ教室があります。☁️ペーパークイリング教室があります●パソコン教室はWord基礎です。テキスト利用し、教えてもらえます。パソコンの貸し出しをします。☁️第3木曜日はジャズダンスがあります。楽しく踊りましょう。\*憩いの場に大型モニターで動画・音楽・映画の配信視聴できます。☁️作って食べよう会は22日（火）にあります。●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は個人の責任の上、自由ですがマスク等、消毒、検温を宜しくお願い致します。暖房も適宜使い、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26日はピアサポ総会交流会があります。皆さまのご参加をお待ちしております。

### 令和7年度長野県ピアサポートネットワーク総会・交流会のご案内

日時：令和7年4月26日(土) 13:00~16:00 受付 12:30

場所：松本市中央公民館 M ウイング 3 階会議室 (松本市中央1丁目18-1)

総会 13:00~14:20 長野県ピアサポート活動に関する講演(長野県保健・疾病対策課・予定)

令和6年度事業報告・決算報告 令和7年度事業計画・予算案・役員体制等

休憩 14:20~14:30

交流会 14:30~15:50 テーマ 「ピアサポーターとして大切なこと」等 少人数に分かれ交流します

参加費：無料 どなたでもご参加いただけます。チラシと申込書を同封します。お問合せ 事務局ポプラの会

### < 作って食べよう会 >

4月は自動調理器を使ってカレーを作りましょう。

皆様のご参加をお待ちしております。

日時：4月22日(火) 12:00~14:00

メニュー：チキンカツカレー サラダ スープ 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21日(月) 15:00 まで

申込み：必要 ポプラの会まで

途中から食べるだけの参加も可です。



### ポブランド・お花見のご案内

4月のポブランドはお花見をします。

皆様のご参加をお待ちしております。

日時：4月8日(火)

集合場所：長野県県立図書館入口

目的地：城山公園・善光寺

申し込み：ポプラの会まで行事保険を掛ける為)

詳しくは同封のチラシをご参照ください。



### 🌸ペーパークイリング教室🌸

道具や材料はすべてこちらをご用意しますので、手ぶらでOK。皆さまのご参加をお待ちしております！開催日：4月21日(月)

時間：13:30~14:30

講師：玉木斜恵さん

内容：てんとう虫/花/くま/パンダ/かえるの中から、好きな物を作りましょう！！

参加費：無料

ポプラの募金を再開しました。ペーパークイリング講師の玉木さんが募金を呼びかけ、作品を提供してくださいました。玉木さん、皆さま、ご支援頂きありがとうございます。3月の募金は1,920円でした。

### <<ポブランドのご案内>>

今後の活動の計画を立てたり、フリートークをしましょう。皆様のご参加をお待ちしております。お茶菓子が出ます。

日時：4月18日(金)13:30~15:00

内容：お花見の計画、フリートーク

場所：ポプラの会事務局



### ポーセラーツ教室

ポーセラーツで、自分のオリジナルの食器を作ってみませんか。ポーセラーツとは白磁の食器に自分で選んだシート(花柄等)を貼り付け、焼き付けて完成します。今回は初回なので、右下にあるマグカップを作ります。お皿とか花瓶とか様々な食器を自分の好みで作って使えます。

日時：4月16日(水) 13:30~15:00

講師：飯塚珠恵さん

費用：500円(材料費)

持ち物：ハサミ

後日、完成作品をポプラでお渡しします。

申し込み：4月11日(金)



左：作品例 右：今回のカップ

### ポプラの会 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。既に今年度の会費を納入くださった方には重複したお願いで済みません。会費は年度ごとに管理しています)

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 262円 窓口 313円

### ☆多 映画鑑賞会のご案内 ☆多

ポプラで映画鑑賞会を行います。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。

4月1日(火)13:30~15:30『ミラクルバナナ』2005年105分

4月14日(火)13:30~15:30『あん』2015年113分

### 令和7年度NPO法人ポプラの会総会のご案内

皆様にご出席頂きご意見・ご要望等お寄せ頂ければ幸いです。日時：6月7日(土) 13:00~14:20

場所：ポプラの会事務局 参加費：無料

### 風朔びこさん個展 扉のアート(詩と絵画の世界)

【期間】：3月14日~4月12日※お店が開いている時  
水曜日13:00~18:00 木・金・土曜日11:00~18:00

【ギャラリートーク】4月12日(土)13:00~『詩の言の葉を添えてマイノリティを語る集い』

【場所】：長野市松代町「だがし家らそ」

TEL:090-7280-0131