

音楽による回想法 ～エンドオブライフ・ケアにおける音楽～

11/1 (土) 13:30～15:00

催しもののご案内

- 参加費: 500 円 (高校生以下無料)
- 会場: 交流ホール A「ひろばのひろば」
- 主催: 那須まちづくり株式会社
- 問合せ・申込み: 0287-74-3434



講師: 米沢陽子
(立教大学特任教授 / LaLa らうむ主宰)

回想法は、これまでの人生をふりかえることにより、心の安定や生活意欲を高める心理療法の一つです。特に音楽を用いた回想法は、懐かしい歌や音楽をきっかけに自然と記憶や感情が呼び起こされ、世代を超えた交流や心身の活性化につながると注目されています。

本セミナーでは、基礎的な理論の解説に加え、実際に音楽を取り入れた体験ワークも行います。みなさまのお越しをお待ちしております。

アートギャラリー展

なずなの保育体験と、小さな手仕事 ～根っ子を育てる

たくましく根を張る野の花「なずな」を子どもの遊び場の名称としました。根っ子を育てたいと願いを込めて、、、なずなの歌やおはなし、素朴なおもちゃなど、ひとあじ違うシュタイナー保育の世界を体験して、やわらかさを心地良いと感じていただければ幸いです。

10/4 (土) ～ 28 (火) 9:00～16:00

- 場所: LaLa えすばす (那須まちづくり広場1階)
- 主催・問合せ: ちいさなこどもの遊び場 なずな 090-5304-2368



アートギャラリー展連動企画

ワークショップ① みんな集まれ

～まる～くなっておはようの集まり、手あそび、歌、と手仕事～

10/5 (日)・12 (日)・19 (日) 10:30～11:30

ワークショップ② 赤ちゃん集まれ

～スキンシップでおはよう、と手仕事～

10/10 (金)・17 (金) 10:30～11:30

ワークショップ③ 小学生集まれ

～数、言葉を動く、形を書く、と手仕事～

10/13 (月・祝) 10:30～11:30

ワークショップ④ テーブル人形劇『白雪姫』

～皆で即興人形劇を遊ぶ～

10/25 (土) 13:00～14:00

上記参加費は1組500円、大人だけの参加も歓迎!

人生100年・まちづくりの会

那須まちづくり広場・自立と共生プロジェクト

那須地域で新たに2か所の企画が始まりました。目指すのは、(仮称)那須まちづくり広場2は、温泉を活用して健康を支える住まいと、那須まちづくり広場が近いので面展開を、那須塩原市の(仮称)那須まちづくり広場3は、すべての人に役割がある地域共生社会の拠点づくりです。皆さんのお考え、ご希望をお聞きたいと思います。ぜひ、ご参加ください。

[那須会場]

第66回 定例会 10/17 (金) 10:30～12:00 参加費: 200円

- 場所: 交流ホール A「ひろばのひろば」

[東京会場]

第43回 定例会 10/24 (金) 10:30～12:00 参加費: 200円

- 場所: 「スマートレンタルスペース半蔵門」3F
東京都千代田区麹町 2-7-3 半蔵門ウッドフィールドビル3F
- 最寄り駅: 東京メトロ半蔵門線 半蔵門駅 6番出口エスカレーターあり
徒歩1分。6番出口を背に左に進み、一つ目の角を曲がり直進。
中華「桂香楼」の隣のビル。1階はローソン。
- 問合せ: 那須まちづくり株式会社 0287-74-3434

2025
10月

那須まちづくり広場「楽校」

ーあなたとわたしの交流拠点 ここからはじまる新しい暮らし方ー

※イベントを中止または延期する場合があります。最新情報はお問い合わせください。

交流ホール「ひろばのひろば」をご利用ください!

ホール全体: 午前・午後 各2,000円 / 夜間 3,000円

ホールA: 午前・午後 各1,600円 / 夜間 2,400円

ホールB: 午前・午後 各1,000円 / 夜間 1,200円

アートギャラリー「LaLaえすばす」をご利用ください!

期間により、3,000円～11,000円

日付	時刻	内容	講師・予約申込・問い合わせ先	参加費	場所
2日(木)	10:30～12:00	小さな手仕事・季節のテーブル作り ～お部屋に季節の小さなテーブルを～	講師: 笠間郁子 (なずな主宰) 主催・問合せ: 楽校 de マルシェ 0287-72-0888	500円 (申込不要)	楽校 de マルシェ
2日(木)	13:30～15:00	おとなの絵本教室 ～おとなが味わう絵本の世界(神無月)～	講師: 山元寿美子 (ぶーば) 問合せ: 080-3702-3840 (岡田)	200円 (申込不要)	交流ホールB 「ひろばのひろば」
4日(土)～ 28日(火)	9:00～16:00	アートギャラリー展 なずなの保育体験と、小さな手仕事～根っこを育てる～	主催・問合せ: 小さな子どもの遊び場 なずな 090-5304-2368	無料	アートギャラリー 「LaLaえすばす」
5日(日)	14:00～15:00	新聞などから語る会	問合せ: 090-8322-5133 (櫛引)	200円 (申込不要)	交流ホールB 「ひろばのひろば」
7日(火) 22日(水)	13:00～17:00	大人のためのピアノ教室 ～初心者でも名曲を弾ける「魔法のレッスン」～	講師・問合せ: 藤村百合子 申込み: 080-8850-8843	個人レッスン 30分～40分 2,500円(要予約)	交流ホールA 「ひろばのひろば」
8日(水) 19日(日)	10:00～12:00	オシャレな色鉛筆画教室 ～手軽な色鉛筆で、どなたでも素敵な絵が描けます。～	講師: 阿部素尚 問合せ: 090-9839-1188	1,000円	交流ホールB 「ひろばのひろば」
9日(木) 23日(木)	13:00～16:00	『自分のカラダは自分で守る』 骨盤調整体験・ヘッドスパ ※ご予約優先	主催: カイロ・エステサロン*hana 問合せ: 090-4923-2701 ※まちづくり広場内でお買い物やお食事をされた方は500円OFF	骨盤調整体験 15分 1,000円	交流ホールB 「ひろばのひろば」
11日(土)	10:00～11:30 (11:30～懇親会)	認知症当事者と看護師佐久間洋子が激しく語る 「認知症とは何か」&みとりえ那須にて懇親会	講師: 佐久間洋子 (看護師) 問合せ: みとりえ那須 0287-74-2826	1,000円 (懇親会 4,000円)	交流ホールA 「ひろばのひろば」
13日(月)	11:00～17:00	広場でマルシェ&ツリーハウス ハロウィーンパーティー	主催者: ツリーハウス森の家 問合せ: 080-3702-3840 (岡田)	実費 (予約不要)	那須 まちづくり広場
13日(月) 27日(月)	17:30～19:00	居酒屋ここ お酒を飲む方も飲まない方も、美味しい料理でくつろぎのひと時を	主催: もりもり 問合せ: 080-9256-6677	実費 (予約不要)	コミュニティカフェ 「ここ」
14日(火) 21日(火)	10:00～11:00	座ったままで誰でもかんたん! 『椅子ヨガ』 飲み物ご用意ください	講師: 岩下友希 問合せ: 090-9328-1419	1,000円	交流ホールA 「ひろばのひろば」
14日(火)	11:00～12:00	心のストレッチ「文章教室」 「書く」表現を継続することで、新しい「発見」を楽しめます。	講師: 松田博美 (森の編集室 編集者) 問合せ: 090-2210-0018	1,000円	交流ホールB 「ひろばのひろば」
14日(火)	13:30～15:00	音楽の時間 ♪楽しいミュージカルの曲を歌いましょう♪	講師: 井岡純子 (歌) 藤村百合子 (ピアノ) 問合せ: 080-8850-8843 (藤村)	1,000円	交流ホールA 「ひろばのひろば」
16日(木)	12:00～16:00 (最終受付 15時)	第79回エネルギー療法体験教室 ～お花生け・ハーブティ(お菓子付き) エネルギー療法～	主催: MOA 栃木 (阿部) 問合せ: 080-4600-2271	30分 500円 60分 1,000円	交流ホールA 「ひろばのひろば」
16日(木)	13:30～15:00	「自分の人生 私がつくる」 ～生活設計を書く～	講師: 近山恵子 問合せ・申込み: 0287-74-3434	500円	交流ホールB 「ひろばのひろば」
17日(金)	10:30～12:00	第66回「人生100年・まちづくりの会」	問合せ: 那須まちづくり (株) 0287-74-3434	200円 (資料代)	交流ホールA 「ひろばのひろば」
21日(火)	13:30～15:00	上映&トーク 『30年のシスターフッド』 ～70年代のウーマンリブの女たち～	主催・問合せ: あかね工房 090-4301-3362	無料	交流ホールA 「ひろばのひろば」
23日(木)	14:00～15:00	絵と音楽と詩 谷川俊太郎～き～	主催: たんぽぽひろば 問合せ: 090-1606-7587 (菱沼)	無料	交流ホールA 「ひろばのひろば」
24日(金)	10:00～16:00	まーくんのセルフケア講座 ～健康でいるための秘訣を学ぼう～	主催者: あかりや 村田友美 問合せ: 090-2321-3877	4,000円	交流ホールA 「ひろばのひろば」
28日(火)	13:00～15:00	ふーちゃんの食と医療の闇 ～薬だけに頼らない健康の作り方～	主催者: あかりや 村田友美 問合せ: 090-2321-3877	1,500円	交流ホールA 「ひろばのひろば」
11月1日(土)	13:30～15:00	楽校セミナー 音楽による回想法 ～エンドオブライフ・ケアにおける音楽～	講師: 米沢陽子 (LaLa らうむ主宰) 主催・問合せ: 那須まちづくり (株) 0287-74-3434	500円	交流ホールA 「ひろばのひろば」

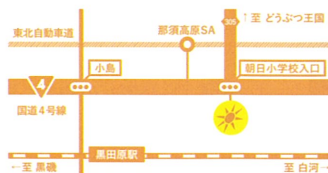
那須まちづくり広場

〒329-3225 那須町豊原丙1340 (旧朝日小)

TEL / 0287-74-3434

Fax / 0287-74-3447

nasuhiroba.com



コミュニティカフェ「ここ」

楽校 de マルシェ

めぐり気まま

コトリコピー

本屋ブント

ゲストハウス nasu

090-7026-0516 11:00～17:00 年中無休 ※月曜は別シェフの日

0287-72-0888 10:00～16:30 年中無休

090-8322-5133 11:00～15:30 毎週月曜 定休

080-3195-2048 11:00～16:00 金・土・日 営業

https://punto.jp 11:00～17:00 不定休 (金・土・日中心に営業)

090-1699-1574 1泊 4000円～