

那 須 まちづくり 広 場

自立と共生プロジェクト

2026
11月

催しもののご案内

楽校セミナー ①

ひきこもる人々の暮らしと心

傷つき疲れた心を癒す文化の森をつくろう

11/15 (日) 13:30 ▶ 15:00

講 師：内田良子 (心理カウンセラー)

会 場：那須まちづくり広場 交流ホール AB

参加費：500 円 (高校生以下無料)

主 催：(一社) 地域創生ネットワーク

問合せ：0287-74-3520



1973 年より民間病院や都内複数の保健所の心理相談員を歴任し、1998 年から子ども相談室「モモの部屋」を主宰。著書に『「不登校」「ひきこもり」の子どもが一步を踏みだすとき』他。

ひきこもりは、本人の甘えや病気ではないかと誤解されていますが、それは誰にでも起こりうる状態です。いくつものマイナス条件が重なって何らかの生きづらさをかかえて、立ち止まっているのです。ひきこもりの人々が安心できる社会は、全ての人にとっても居心地の良い社会になります。

社会や学校が抱える問題を鋭く指摘し、心や命を守るために必要なことは何かを、わかりやすい言葉と実践で伝えてきた内田さん。ひきこもる人々の現状を学び、傷ついた心を癒す文化の場づくりのヒントを、皆で学び合ひましょう。

楽校セミナー ②

音楽による回想法

エンドオブライフ・ケア

における音楽



11/21 (土) 13:00 ▶ 15:00

講 師：米沢陽子 (立教大学特任教授、音楽療法士)

会 場：那須まちづくり広場 交流ホール A

参加費：500 円 (高校生以下無料)

問合せ・申込み：(一社) 地域創生ネットワーク 0287-74-3520

音楽を用いた回想法は、懐かしい歌や音楽をきっかけに記憶や感情が呼び起され、世代をこえた交流や心身の活性化につながります。心身の活性化や生活の楽しみにつながることから、介護や福祉、地域での高齢者支援の場でも注目されています。

今回は、基礎的な理論の解説に加え、音楽を取り入れた体験ワークも行います。ご参加お待ちしております。

アートギャラリー展

つながるひろがるアート展 NASU

2027年カレンダー原画展

今年も 11 月のアートギャラリー展は、つながるひろがるアート展 Nasu 実行委員会の協賛を得て「つながるひろがるアート展 NASU」の原画を中心とした展示会を開催いたします。

那須地域で活動するアーティストたちの素敵な個性あふれる作品をご紹介します。

会場では、2027 年のカレンダーも販売します。ご来場お待ちしております。



11/1 (日) - 23 (月)

10:00 ▶ 16:00 (水曜休)

場 所：LaLa えすばす (那須まちづくり広場1F)

問合せ：090-8322-5133

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

那須地域で進行中の 2 新企画の共通コンセプトは「生活防衛」と「地元資源の最大活用」です。

《広場2》は温泉を活用して、健康促進と未病を目的に、心身を整えるセルフケアや相談、食事作りなど統合医療の企画を、《広場3》は「学びと交流の場だった廃校の民間活用での共生の新しい暮らしの創造」をテーマに「働くデイ」や就労支援を検討しています。

どちらにもサービス付き高齢者向け住宅と多世代賃貸住宅を作ります。興味のある方、お気軽にご参加ください。

那須会場

第79回定例会 11/21(土) 10:30 ▶ 12:00 参加費:200円

● 会 場：那須まちづくり広場 交流ホール A

東京会場

第56回定例会 11/27(金) 10:30 ▶ 12:00 参加費:200円

近山恵子の「自分の人生私がつくる ＊生活設計を書く＊」

11/27(金) 13:30 ▶ 15:00 参加費:500円

● 会 場：スマートレンタルスペース半蔵門

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

● 那須・東京 問合せ：(一社) 地域創生ネットワーク 0287-74-3520



那須まちづくり広場「楽校」

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

*イベントを中止または延期する場合があります。最新情報はお問合せください。

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
ホール全体	: 午前・午後	各2,000円 / 夜間	3,000円

アートギャラリー「LaLa えすばす」

1週間 3,000円 ~ 1ヵ月 11,000円 (水曜休み)

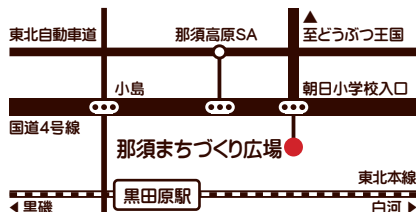
日付	時刻	内容	講師・予約申込・問合せ先	参加費	場所
1日(日)▶ 23日(月) 水曜休み	11:00 ▶ 16:00	アートギャラリー展 つながるひろがるアート展NASU 2027 カレンダー原画展	問合せ:090-8322-5133 協賛:つながるひろがるアート展実行委員会	無料	アートギャラリー 「LaLaえすばす」
3日(火) 12日(木) 24日(火)	9:00 ▶ 12:00 13:00 ▶ 16:00	なごみこと(整体・はり)	主催者:谷田崇訓 問合せ:090-6127-0037	新規参入特別価格 1時間 5,000円 お試し10分1,000円	交流ホールB
5日(木)	13:30 ▶ 15:00	おとなの絵本教室 おとなが味わう絵本の世界(霜月)	講師:山元寿美子(ぷーば) 問合せ:080-3702-3840	200円 予約不要	交流ホールB
7日(土)	10:00 ▶ 11:30	おもちゃの広場で遊ぼう 木のおもちゃで遊ぼう	主催:岡田陽子 (保育士・おもちゃコンサルタント) 問合せ:080-3702-3840	無料 予約不要	交流ホールB
10日(火) 24日(火)	10:00 ▶ 11:00	座ったままで 誰でもかんたん!『椅子ヨガ』 飲物をご用意ください	講師:岩下友希 問合せ:090-9328-1419	1,000円	交流ホールA
10日(火)	13:00 ▶ 16:30	「自分のからだは自分で守る」 骨盤調整体験・ヘッドスパ *ご予約優先	主催:カイロ・エスティックサロン * hana 問合せ:090-4923-2701	骨盤調整体験 15分1,000円	交流ホールB
10日(火) 24日(火)	13:30 ▶ 17:00	大人のためのピアノ教室 初心者でも名曲が弾ける「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 - 40分 2,500円(要予約)	交流ホールA
11日(水) 22日(日)	10:00 ▶ 12:00	オシャレな色鉛筆画教室 初心者歓迎、気楽に始めてみましょう	講師:阿部素尚 問合せ:090-9839-1188	1,000円	交流ホールB
13日(金)	10:00 ▶ 12:00	ふわふわ羊毛フェルトのワークショップ … りんごのかあさん…	講師:笠間郁子(なすな) 予約・申込み:080-3702-3840	1,000円 材料費・お茶代込み	カフェ「ここ」 個室
13日(金) 27日(金)	17:00 ▶ 18:30	金曜食堂ここ 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:090-7026-0516	実費 予約不要	カフェ「ここ」
15日(日)	13:30 ▶ 15:00	楽校セミナー① ひきこもる人々の暮らしと心 傷つき疲れた心を癒す文化の森をつくろう	講師:内田良子 主催:(一社)地域創生ネットワーク 問合せ・申込み:0287-74-3520	500円 高校生以下無料	交流ホールA
17日(火)	13:30 ▶ 15:00	シネマカフェ『コニコマステージ』 小西綾・駒尺喜美 女性同士の家族・友情を語る	問合せ:あかね工房 090-4301-3362	600円	交流ホールA
19日(木)	13:00 ▶ 16:00	現役介護士と現役エステティシヤンの癒しの時間 フットケアや爪のケア、ハンド・ヘッドマッサージ	フットケア担当:古内 090-7525-7115 ハンド・ヘッド担当:大木 080-5221-9680	1,000円 (事前予約)	交流ホールB
21日(土)	10:30 ▶ 12:00	第79回「人生100年・まちづくりの会」	問合せ:(一社)地域創生ネットワーク 0287-74-3520	200円 (資料代)	交流ホールA
21日(土)	13:00 ▶ 15:00	楽校セミナー② 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 主催:(一社)地域創生ネットワーク 問合せ:0287-74-3520	500円 高校生以下無料	交流ホールA
22日(日)	10:30 ▶ 11:30	♪いきいき音楽カフェ 広場Vol3♪ 音楽を聴き、歌い、語らい、元気でいましょう、お互いに (リクエスト大歓迎)	ピアノ:米沢陽子 主催・問合せ:音楽工房LaLaらうむ 090-6114-3525	投げ銭 高校生以下無料	交流ホールA
25日(水)	9:00 ▶ 12:00	「自分のからだは自分で守る」 骨盤調整体験・ヘッドスパ *ご予約優先	主催:カイロ・エスティックサロン * hana 問合せ:090-4923-2701	骨盤調整体験 15分1,000円	交流ホールB
26日(木)	12:00 ▶ 15:00 最終受付14時	第91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)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

那須まちづくり広場

〒329-3225
那須町豊原丙1340
TEL:0287-74-3434
FAX:0287-74-3447



nasuhiroba.com



コミュニティカフェ「ここ」	090-7026-0516	11:00~15:00	定休日:水曜日
あや市場	090-8839-9039	11:00~15:00	定休日:水曜日
コトリコーヒー	080-3195-2048	11:00~16:00	営業日:金・土・日
くるみの森	kashikobokuruminomori@gmail.com	11:00~16:00	営業日:土曜日
本屋プント	https://punto.jp	11:00~17:00	不定休:金・土・日 中心に営業
ゲストハウス那須	090-8839-9039	一泊4,000円~	食事予約は5日前まで