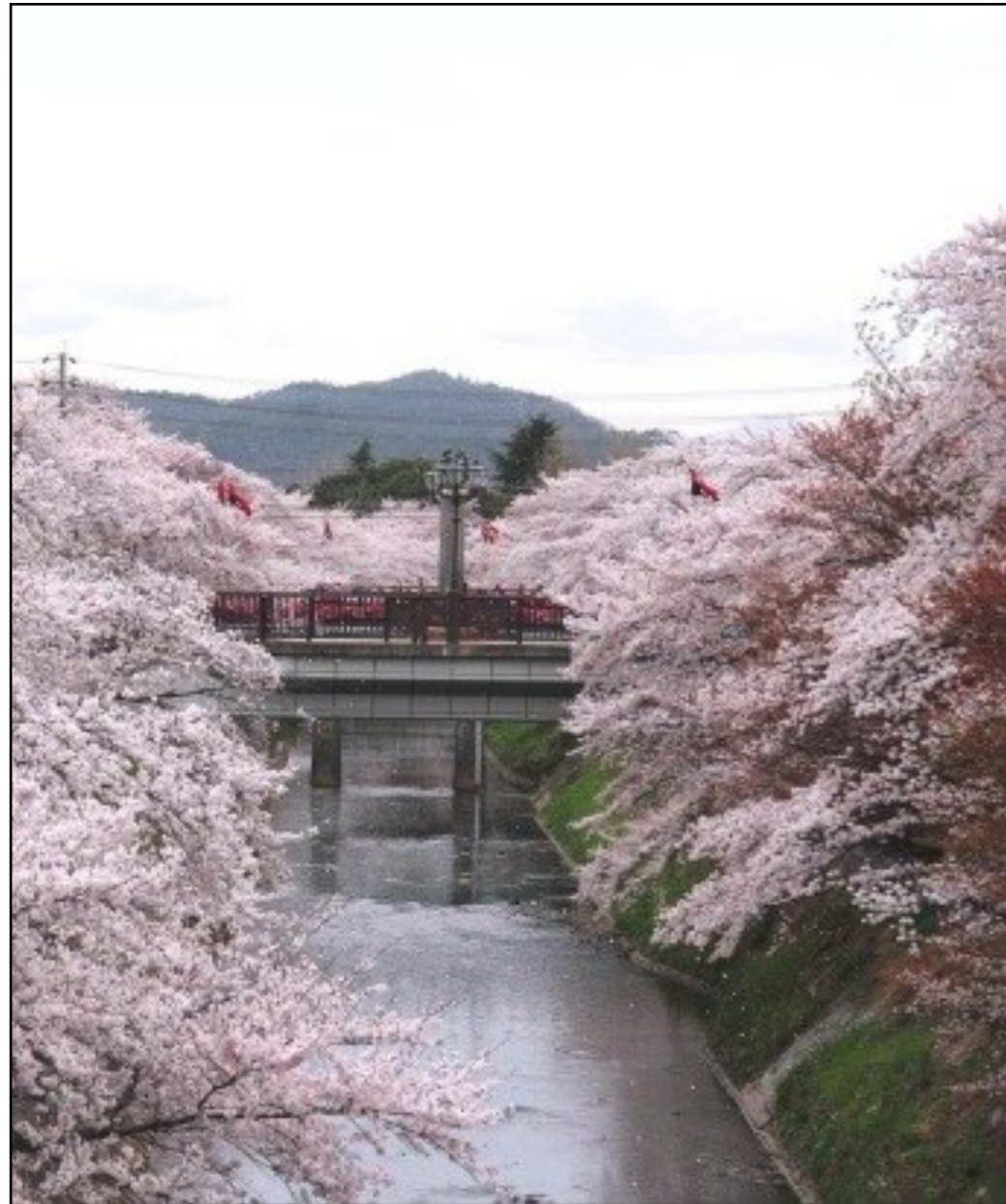


りょくえん

緑苑の地域福祉を考える情報誌

第128号
4
2023



「新境川堤の桜」

人は城 人は石垣 人は堀
情けは味方 仇(あだ)は敵なり

武田信玄 名言より

各務原市緑苑地区社会福祉協議会

各務原市緑苑中1-6

☎058-227-0483

E-mail: flatryokuen@yahoo.co.jp

※ご意見・ご要望等は上記連絡先まで



facebook

緑苑地区社協だより

右側のQRコードを読みこむか、facebookで「緑苑地区社協だより」を検索してください。



ふらっとの駐車スペースが広くなりました



広くした駐車スペース



奥の駐車スペース

ふらっとの駐車スペースが、2台から3台を駐車出来るように、広げました。これで、奥の駐車スペース(4台)と合わせて7台が駐車可能となりました。ふらっとのイベントなどでのご利用が一段と楽になりました。皆様には、お気軽に車などでふらっとにお越しくださるようにお待ちしています。

「ランチで集まろう！」をふらっとで行いました

日時:令和5年2月24日(金)12時~ メニュー:雑寿司



一足早く「ひな祭り」にちなみ、菱餅と同じ三段のケーキ寿司にしました。

一番下の緑は、「ひたし豆とセロリ、青シソ」、真ん中は「シラスと高野豆腐、海苔」、上は「赤しそと椎茸、人参、ごぼう、あげ」、飾りは花をイメージし、「れんこん、きゅうり、錦糸卵、かにかま、海老、生ハム」です。



あと、「わかめの吸い物」と「菜の花の辛し和え」です。



食材の種類を多く使い、健康を意識しました。

緑苑地区社協及びふらっとの住所はこちらのQRコードから読み込んでください。



◆住所:各務原市緑苑中1-6
◆電話:058-227-0483

ふらっと 4月 予定表 ☎ 058-227-0483

月	火	水	木	金
3 AM 囲碁で集まろう 初めての方もお気軽に親切に教えて頂きます PM 日常文字練習 ▶筆、ペンをご持参ください 語らいを楽しみながら 4月	4 AM 麻雀で集まろう 初心者大歓迎 やさしく指導します PM 麻雀で集まろう 初心者大歓迎 やさしく指導します	5 AM ご自由にお越しください 生き生きサポート相談 お茶しませんか～ PM ご自由にお越しください 生き生きサポート相談 お茶しませんか～	6 AM 親子で一緒に遊ぼう 幼児対象 親子で交流 みんなで遊ぼう PM パソコン&スマホ相談会 内容を連絡頂けましたら 対応スムーズ	7 AM 写経 般若心経を書きましょう お大師様とつれづれなるまま PM 健康体操13:30～ 水分補給ご持参ください フレイル予防でリフレッシュ
10 AM ご自由にお越しください 生き生きサポート相談 お茶しませんか～ PM ご自由にお越しください 生き生きサポート相談 お茶しませんか～	11 AM のびのび体操 11時 体すっきり！ PM 麻雀で集まろう 初心者大歓迎 みんなで楽しく	12 AM 水彩画を楽しもう 初めての方も気軽にどうぞ 絵筆をもって楽しく！ PM お抹茶を楽しみましょう 季節の設えとお菓子 至福の時間を気軽にどうぞ	13 AM ご自由にお越しください 生き生きサポート相談 お茶しませんか～ PM 将棋で集まろう 初心者大歓迎 折り紙	14 AM 大人のぬり絵 ▶色鉛筆をご持参下さい 簡単なデザインから始めます PM 朗読13:30～ 「絵」角田光代/作藤沢周平作 「鼓」山本周五郎/作
17 AM ご自由にお越しください 生き生きサポート相談 お茶しませんか～ PM 健康体操13:30～ 水分補給ご持参ください フレイル予防でリフレッシュ	18 AM 写経 般若心経を書きましょう お大師様とつれづれなるまま PM 己書 ▶筆ペン、紙をご持参ください 気軽に参加しませんか～	19 AM 水彩画を楽しもう 初めての方も気軽にどうぞ 絵筆をもって楽しく！ PM 福祉何でも相談 社会福祉士が対応します *水彩画を楽しもう	20 AM 親子で一緒に遊ぼう 幼児対象 親子で交流 簡単ソーイング PM 簡単ソーイング ▶ミシン、裁縫道具、材料ご持参ください	21 AM ご自由にお越しください 生き生きサポート相談 お茶しませんか～ PM ご自由にお越しください 生き生きサポート相談 お茶しませんか～
24 AM ご自由にお越しください 生き生きサポート相談 お茶しませんか～ PM かな文字 ▶硯、墨、筆、下敷きをご持参ください	25 AM ご自由にお越しください 生き生きサポート相談 お茶しませんか～ PM ご自由にお越しください 生き生きサポート相談 お茶しませんか～	26 AM ゆる体操 普段気軽にできるストレッチなどで運動不足解消 PM パソコン&スマホ相談会 内容を連絡頂けましたら 対応スムーズ	27 AM ご自由にお越しください 生き生きサポート相談 お茶しませんか～ PM ランチで集まろう 筍ご飯 12時～ 申込をお願いします	28 AM ごきぶり団子作り みんなで一緒に作りましょう お茶しませんか～ PM ご自由にお越しください 生き生きサポート相談 お茶しませんか～
1 AM 囲碁で集まろう 初めての方もお気軽に親切に教えて頂きます PM 日常文字練習 ▶筆、ペンをご持参ください 語らいを楽しみながら 5月	2 AM 麻雀で集まろう 初心者大歓迎 やさしく指導します PM 麻雀で集まろう 初心者大歓迎 やさしく指導します	3 憲法記念日	4 みどりの日	5 こどもの日



ホウ酸団子作り
 28日金曜日10時から「ごきぶり団子」を作ります
 団子の持ち帰り容器をご持参ください。「ふらっと」でも完成品を販売予定です。参加費は材料代200円 お飲み物代100円です。気軽に参加ください。「ふらっと」まで申込よろしくお願ひ致します。



ランチで集まろう 27日木曜日
 今月の「ランチで集まろう」は掘りたての新鮮な筍ご飯、こごみ、こしあぶらなどの山菜天ぷらと胡麻和えです。山菜は出回り状況により種類が変更になる場合があります。※申込はふらっと。参加費400円です

今月の展示は、ペーパーフラワーです
 AM 午前10時～12時
 PM 午後1時～3時
ドリンクメニュー ドリップ珈琲(アイスも可)、紅茶、お茶 カフェオレ各100円(お菓子付き)
ランチメニュー 一日モーニング(飲み物付) 250円