

りょくえん

緑苑の地域福祉を考える情報誌

第149号

1

2025

愚人は過去を、賢人は現在を、狂人は未来を語る。

ナポレオン 名言より



「新春飾り」掛軸「鶴舞千年松」お正月などのおめでたい文言

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。



健康フェア(ふらっと大感謝祭)開催!

日時:2024年11月17日(日) 11時~15時

会場:緑苑小学校 体育館 (雨天決行)

今回は、「緑苑ふれあい秋祭り」の「健康の秋」として行いました。

内容としては「フレイル、健康度チェック」などがあり、手打ちそば試食(無料)やおにぎりや豚汁の販売もありました。

天候にも恵まれ、大勢の方に来ていただきありがとうございました。



お正月とは



日本にとってのお正月は、単なる新しい年の始まりではありません。昔からお正月には「年神様」と呼ばれる神様が、家々を訪れるとされています。この年神様は、宗教の宗派に関係のない五穀豊穡や無病息災といった複数の神様を一つにまとめた「歳徳神」と呼ばれる神様です。その年の福と徳を司る神様とされ、民間信仰で伝わったとされています。無神論者が多い日本ですが、お正月を迎える人全てに御利益を授けてくれる神様なのです。

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。



案内図



◆住所:各務原市緑苑中1-6
◆電話:058-227-0483

ふらっと 1月 予定表 ☎ 058-227-0483

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|---|---|---|--|--|
| 30 12月 お休み | 31 お休み | 1 1月 お休み | 2 お休み | 3 お休み 5日(日)新春 お茶会です |
| 6 イ 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 イ 日常文字練習 ▶筆、ペンをご持参ください 語らいも楽しいです。 | 7 ダ 麻雀で集まろう 初心者大歓迎 やさしく指導します ダ 麻雀で集まろう 初心者大歓迎 互いに譲り合って楽しみましょう | 8 シ 和みのヨーガ 10時～ 体が硬くても大丈夫 誰でもできる簡単な手当です ダ はじめての麻雀 初心者大歓迎！指導します お気軽にどうぞ | 9 ダ 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～ イ 将棋を楽しもう シ 折紙で集まろう | 10 イ 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 シ 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 |
| 13 成人の日 | 14 シ のびのび体操 11時～ イ 写経 10時～ シ 己書 ▶筆ペン、紙をご持参ください 気軽にどうぞ。 | 15 シ 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 イ 福祉何でも相談 社会福祉士が対応します シ 水彩画を楽しもう | 16 ダ 親子で一緒に遊ぼう 幼児対象 親子で交流。 保育士常駐 シ 誤嚥予防 腹式呼吸を意識して、呼吸が安 定すれば嚥下効果あり | 17 ダ 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 イ パソコン&スマホ相談 事前に内容知らせていただき ましたら対応スムーズ |
| 20 ダ 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～ イ かな文字 ▶硯、墨、筆、下敷きをご持参 初めから指導します。 | 21 ダ 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～ ダ 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～ | 22 シ 和みのヨーガ 10時30分 体が硬くても大丈夫 誰でもできる簡単な手当です ダ 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～ | 23 イ 簡単ソーイング ▶ミシン、裁縫道具、材料持参 イ 簡単ソーイング ▶ミシン、裁縫道具、材料持参 シ ビデオ鑑賞 | 24 イ 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 ダ 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～ |
| 27 ダ 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～ ダ 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～ | 28 ダ 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～ ダ 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～ | 29 シ ゆる体操 10時～ 普段気軽にできるストレッチな どで運動不足解消 シ ランチで集まろう おでんで温まりましょう！ 参加費500円です。 | 30 ダ 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～ シ 地域包括ジョイフル各務原 13時30分～ 健康寿命をのばしましょう！ | 31 ダ 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～ ダ 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～ |



新春お茶会 1月5日(日)

新年にふさわしい設えも楽しみながら至福の一服で過ごしませんか。お気軽にお誘いあわせてお出かけください。お茶券のお求めは「ふらっと」にて承っております。午前午後いずれも昨年同様1枚400円です

健康寿命を のばしましょう！ 1月30日(木)

地域包括支援センター
ジョイフル各務原
お気軽に参加してください

ランチで集まろう 1月29日((水)

「おでん」で心も体もぽっかぽか。恐縮ですが諸物価値上がりのため1月より500円に、通常ランチは300円にさせていただきます。よろしくお願い致します

時間：午前10時～12時(上段)、午後1時～3時(下段)

場所：イ イベント室、シ 集会室、ダ 談話室

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

お好み焼き 300円