

りょくえん

緑苑の地域福祉を考える情報誌



「うぬまの森から御嶽山を臨む」

写真提供 緑苑 N.H さん

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。



第151号

3

2025

人はそれぞれ事情をかかえ、平然と生きている。

作家 伊集院 静 名言より

新春 お抹茶を楽しむ会

開催日: 2025年1月5日(日) 開催場所:「ふらっと」

開催時間: 午前の部:10時~12時 午後の部:13時~15時



2025年(令和7年)、最初の恒例行事として、行われました。

今年は、午前の部と午後の部に分けて行いました。

形式も、自由に行いました。新年のご挨拶を兼ねて参加されていました。

皆さん、和気あいあいと楽しそうでした。

ランチで集まろう!

開催日: 2025年1月29日(水)

開催場所:「ふらっと」

開催時間: 12時~



寒い日が続きますが、「おでん」で心も体もぽっかぽかになりました。皆さん、おいしそうに食べていました。

諸物価値上がりのため2025年1月より500円になりました。

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。



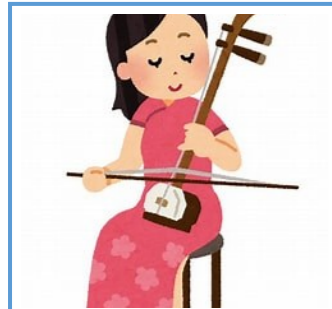
案内図



◆住所: 各務原市緑苑中1-6
◆電話: 058-227-0483

ふらっと 3月 予定表 ☎ 058-227-0483

月	火	水	木	金
3 ㊦ 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 ランチで集まろう ひな寿司 申込をお願いします	4 ㊦ 麻雀で集まろう 初心者大歓迎 お気軽にどうぞ ----- ㊦ 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	5 シ ゆる体操 普段気軽にできるストレッチなど 運動不足解消 ----- ㊦ ご自由にお越しください 生き生きサポート相談 ちょっと一服お茶しませんか～	6 ㊦ 親子で遊ぼう 乳幼児対象、親子で交流 保育士常駐 ----- シ 折紙 山折り谷折り指先からなにが？ 会話も弾みます。お気軽に	7 イ 写経 般若心境を書きましょう 初めての方も大歓迎 ----- 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
10 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。	11 ㊦ ご自由にお越しください 生き生きサポート相談 ちょっと一服お茶しませんか ----- ㊦ 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～	12 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 ----- ㊦ はじめての麻雀 初心者大歓迎！気軽にどうぞ シ お抹茶を楽しみましょう	13 ㊦ ご自由にお越しください 生き生きサポート相談 ちょっと一服お茶しませんか～ ----- シ 二胡・癒しのコンサート 13:30～ イ 将棋を楽しもう	14 ㊦ ご自由にお越しください 生き生きサポート相談 ちょっと一服お茶しませんか ----- ㊦ 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～
17 ㊦ 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～ ----- ㊦ 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～	18 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。	19 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	20 春分の日	21 ㊦ 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
24 ㊦ 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。	25 ㊦ 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～ ----- ㊦ 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 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 ----- ㊦ ご自由にお越しください 生き生きサポート相談 ちょっと一服お茶しませんか～	27 ㊦ ご自由にお越しください 生き生きサポート相談 ちょっと一服お茶しませんか ----- シ 誤嚥予防 腹式呼吸を意識して、楽しく	28 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 ----- ㊦ ご自由にお越しください 生き生きサポート相談
31 ㊦ 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～ ----- ㊦ ご自由にお越しください 生き生きサポート相談 ちょっと一服お茶しませんか～	1 ㊦ 麻雀で集まろう 初心者大歓迎 お気軽にどうぞお越しください ----- ㊦ 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	2 シ ゆる体操 普段気軽にできるストレッチなど 運動不足解消 ----- ㊦ ご自由にお越しください 生き生きサポート相談 ちょっと一服お茶しませんか～	3 ㊦ 親子で遊ぼう 乳幼児対象、親子で交流 保育士常駐 ----- シ 折り紙 山折り谷折り、お気軽にどうぞ	4 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



「二胡・癒しのコンサート」13日木
 二胡(にこ)は中国の伝統的な弦楽器。共鳴器の片側に蛇の皮を張り、2本の弦を馬の尾の毛で作られた弓で演奏する。東洋のバイオリンと例えられる。耳にやわらかく馴染み、心に響く温かな音色をお楽しみください。会費300円。申込をお願いします



ランチ 3日(月)
 3月3日桃の節句。女の子の日にちなみひな人形を飾られてるお宅もおありかと思えます。ひな祭りの春らしい「ちらし寿司」です。お誘いあわせてお出かけください。申込お願いいたします。

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、㊦ 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