

第111号

11

2021

# よけん

緑苑の地域福祉を考える情報誌



よく世の中が行き詰まったと云う人があるが、是は大いなる誤解である。世の中は決して行き詰まらぬ

北里柴三郎の名言より

題名:「濁池紅葉」

写真提供 緑苑 U.S 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。





# ふらっと 11月 予定表 ☎ 058-227-0483

月	火	水	木	金
<p><b>1</b> <b>AM</b> 囲碁で集まろう 初めての方もお気軽に親切に教えて頂けます <b>PM</b> ご自由にお越しください 活き活きサポーター相談 お茶しませんか～</p>	<p><b>2</b> <b>AM</b> ご自由にお越しください 活き活きサポーター相談 お茶しませんか～ <b>PM</b> 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</p>	<p><b>3</b> <b>文化の日</b></p>	<p><b>4</b> <b>AM</b> 親子で一緒に遊ぼう 幼児対象 親子で交流 みんなが遊ぼう <b>PM</b> ご自由にお越しください 活き活きサポーター相談 お茶しませんか～</p>	<p><b>5</b> <b>AM</b> ご自由にお越しください 活き活きサポーター相談 お茶しませんか～ <b>PM</b> 健康体操13:30～ ストレッチ予防で心も体も リフレッシュ</p>
<p><b>8</b> <b>AM</b> ラジオ体操 続けることで健康維持 お気軽にどうぞ <b>PM</b> 日常文字練習 ▶筆、ペンをご持参ください</p>	<p><b>9</b> <b>AM</b> 麻雀であつまろう 初心者大歓迎 みんなが楽しく <b>PM</b> 麻雀であつまろう 初心者大歓迎</p>	<p><b>10</b> <b>AM</b> 水形画を楽しもう 初めての方も大歓迎 絵筆をもって楽しく！ <b>PM</b> 水形画を楽しもう 初めての方も大歓迎</p>	<p><b>11</b> <b>AM</b> 布遊び ▶裁縫道具持参でお願いします 布を使って小物を作ります <b>PM</b> 将棋で集まろう 初めての方も大歓迎！お気軽に <b>PM</b> 布遊び</p>	<p><b>12</b> <b>AM</b> 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 <b>PM</b> ご自由にお越しください 活き活きサポーター相談</p>
<p><b>15</b> <b>AM</b> ご自由にお越しください 活き活きサポーター相談 お茶しませんか～ <b>PM</b> 健康体操13:30～ ストレッチ予防で心も体も リフレッシュ</p>	<p><b>16</b> <b>AM</b> 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に <b>PM</b> ご自由にお越しください 活き活きサポーター相談 お茶しませんか～</p>	<p><b>17</b> <b>AM</b> ご自由にお越しください 活き活きサポーター相談 お茶しませんか～ <b>PM</b> お抹茶を楽しみましょう 一服が心豊かになります お気軽にお出かけ下さい</p>	<p><b>18</b> <b>AM</b> 親子で一緒に遊ぼう 幼児対象 親子で交流 <b>AM</b> 簡単ソーイング ▶ミシン、裁縫道具、材料もご持 参ください <b>PM</b> 簡単ソーイング</p>	<p><b>19</b> <b>AM</b> ご自由にお越しください 活き活きサポーター相談 お茶しませんか～ <b>PM</b> 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</p>
<p><b>22</b> <b>AM</b> ご自由にお越しください 活き活きサポーター相談 お茶しませんか～ <b>PM</b> かな文字 ▶硯、墨、筆、下敷きをご持参 ください</p>	<p><b>23</b> <b>勤労感謝の日</b></p>	<p><b>24</b> <b>AM</b> ご自由にお越しください 活き活きサポーター相談 お茶しませんか～ <b>PM</b> 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 <b>12月</b></p>	<p><b>25</b> <b>AM</b> ご自由にお越しください 活き活きサポーター相談 お茶しませんか～ <b>PM</b> 集まろう故郷は 九州地方出身の方、第2の故郷の 方、故郷で交流</p>	<p><b>26</b> <b>AM</b> ご自由にお越しください 活き活きサポーター相談 お茶しませんか～ <b>PM</b> ご自由にお越しください 活き活きサポーター相談 お茶しませんか～</p>
<p><b>29</b> <b>AM</b> ビーズで遊ぶ ビーズでアクリルセサリーを作ります 作品は選んで頂けます <b>PM</b> ビーズで遊ぶ ビーズでアクリルセサリーを作ります 作品は選んで頂けます</p>	<p><b>30</b> <b>AM</b> ビーズで遊ぶ ビーズでアクリルセサリーを作ります 作品は選んで頂けます <b>PM</b> ビーズで遊ぶ ビーズでアクリルセサリーを作ります 作品は選んで頂けます</p>	<p><b>1</b> <b>AM</b> ご自由にお越しください 活き活きサポーター相談 お茶しませんか～ <b>PM</b> ご自由にお越しください 活き活きサポーター相談 お茶しませんか～</p>	<p><b>2</b> <b>AM</b> 親子で一緒に遊ぼう 幼児対象 親子で交流 みんなが遊ぼう <b>PM</b> 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</p>	<p><b>3</b> <b>AM</b> ご自由にお越しください 活き活きサポーター相談 お茶しませんか～ <b>PM</b> 健康体操13:30～ ストレッチ予防で心も体も リフレッシュ</p>

## 健康フェア(ふらっと8周年大感謝祭)

11月14日(日) 申込「ふらっと」

コロナ禍の自粛生活で、気力、体力衰えてませんか。歳のせいと諦めていた体や心の衰えは予防できるそうです。「ストレッチエツク」で自身の状態を確認し、生活習慣を見直し、ストレッチ予防をしましょう。ストレッチエツクは、三密を避けるため申込をお願いいたします。(参加無料)

## パソコン＆スマホ相談会

パソコンやスマホ操作で困ったことはありませんか～「ふらっと」では毎月、3回相談会をおこなっております。事前に内容を連絡していただきますと、スムーズな対応ができると思います。こんなことと思われたいで、まずはご相談下さい。参加料100円+飲み物代100円

**AM** 午前10時～12時

ドリンクメニュー

ランチメニュー

**PM** 午後1時～3時

ドリンクコーナー(アイスも可)、紅茶、お茶  
各100円(お菓子付き)

しばらくの間  
お休みさせていただきます。



## 「第7回 健康フェア(ふらっと感謝祭)」のお知らせ

- ・コロナ感染拡大の影響を受けて、2年ぶりに開催する「第7回 健康フェア(ふらっと感謝祭)」です。
- ・今回はコロナ対策を行い、「午前の部(50名)」、「午後の部(50名)」の事前申し込み制とします。

日時:2021年11月14日(日) 10時~15時  
(午前の部:10時~12時 午後の部:13時~15時)

会場: 緑苑コミュニティセンター

屋内イベント:①「フレイルチェック(記述測定)」

②「栄養講話・理学療法士による体操」

③「フレイルチェック(からだ測定)、

体組成計による計測、認知症テスト、質問コーナー」

屋外イベント:「野菜販売」、「みたらし団子」(テイクアウトのみ)

問い合わせ先:「ふらっと」 ☎058-227-0483(平日 10時~15時)



## 「福祉講演会」のお知らせ

今回は、本業はフットセラピストでありながらテンポと歯切れの良い語りで観客の心をつかむ茂益亭蝶代師匠をお招きします。コロナ対策を取りながら、楽しみましょう!

日時:2021年11月28日(日) 10時~12時

会場:緑苑コミュニティセンター ホール



茂益亭蝶代

内容:①「ハツラツシニアの栄養教室」講師 県栄養士会 管理栄養士

②「笑いヨガ」講師:茂益亭蝶代(もましてい ちょうよ)

本名:清水美恵子(フットセラピスト)

問い合わせ先:「ふらっと」 ☎058-227-0483(平日 10時~15時)

共催:緑苑地区社会福祉協議会、緑苑みどり会

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-