

りょくえん

第113号

1

2022

緑苑の地域福祉を考える情報誌



「大吉」

写真提供 緑苑 S.O さん

「できること」「が増えるより、「楽しめること」「が増えるのが、いい人生。
精神科医・随筆家 斎藤 茂太の名言より

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 1月 予定表 ☎ 058-227-0483

月	火	水	木	金
3 お休み 1月	4 お休み	5 お休み	6 お休み	7 お休み
10 成人の日	11 AM 麻雀で集まろう 初心者大歓迎 みんなで楽しく PM 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～	12 AM 水彩画を楽しもう 初めての方大歓迎 絵筆をもって楽しく！ PM 水彩画を楽しもう 初めての方大歓迎 絵筆をもって楽しく！	13 AM 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 PM 将棋で集まろう 初めての方も大歓迎！お気軽に 布遊び	14 AM 写経 般若心經を書きましよう お大師様とつれづれなるまま 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
17 AM 囲碁で集まろう 初めての方もお気軽に 親切に教えて頂けます PM 健康体操13:30～ 水分補給ご持参ください クレイル予防でリフレクソウ	18 AM 写経 般若心經を書きましよう お大師様とつれづれなるまま PM 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～	19 AM 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～ 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	20 AM 親子で一緒に遊ぼう 幼児対象 親子で交流 みんなですごほ PM 「年男・年女」集まろう 12年に一度お仲間でお交流しません か～	21 AM 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～ PM 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～
24 AM 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～ PM 日本文字練習 筆、ペンをご持参ください 語らいを楽しみなから	25 AM ラジオ体操 続けることで効果大 筋肉をつけましょう 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	26 AM ランチで集まろう 「おでん」心も体もホッカイホカ *要申込。 PM 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～	27 AM *簡単ソーイング ミシン、裁縫道具、材料もご持 参ください PM *簡単ソーイング ミシン、裁縫道具、材料もご持 参ください	28 AM 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～ PM 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～
31 AM 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～ PM かな文字 根、墨、筆、下敷きをご持参	1 2月 AM 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～ PM ご自由にお越しください 活き活きサポーター相談	2 AM 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～ 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	3 AM 親子で一緒に遊ぼう 幼児対象 親子で交流 みんなですごほ PM ご自由にお越しください 活き活きサポーター相談	4 AM 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～ PM 健康体操13:30～ 水分補給ご持参ください クレイル予防でリフレクソウ

「ランチ」再開します

「ランチ」再開します

コロナ感染対策でお休みしておりました「ランチ」再開いたします。感染対策は万全を期しておりますが、皆さまのご協力をお願いいたします。また「ランチ」で集まろうもホカホカのおでんで再開します。参加費350円です。要申込をお願いします。



新春お茶会 1月8日(土)

今回はコロナ対策で時間ごとに分けさせていただきます。①10時から先生のお点前。②11時10分。③午後1時。④1時45分。⑤2時30分。⑥からは椅子席で気軽に楽しんで頂けます。参加費400円。是非お誘い合わせでお出かけ下さい

今月の展示は、新春飾り お楽しみ

AM 午前10時～12時

ドリンクメニュー

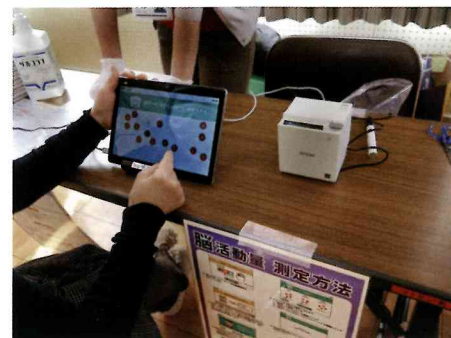
ランチメニュー

PM 午後1時～3時

ドリンクコーナー(アイスも可)、和茶、お茶
各100円(お菓子付き)

トーストサンド 250円
きつねうどん 200円

健康フェア(ふらっと大感謝祭)開催！



2年ぶりに健康フェアを行いました。

今回は、コロナ対策として検温、手指消毒、入場者を午前と午後に分けて各50名に制限しました。

屋内イベントとしては、フレイルチェック(記述測定、からだ測定)、栄養講話・理学療法士による体操、体組成計による計測、認知症テストなどを行いました。

屋外イベントとしては、野菜販売、みたらし団子の販売を行いました。

天気にも恵まれ、大勢の方に来ていただきありがとうございました。

「福祉講演会」を行いました

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 1階ホール

「ハツラツシニアの栄養教室」講師 高山菜々子(管理栄養士)

「笑いヨガ」講師:茂益亭蝶代(もましてい ちょうよ)

主催: 緑苑地区社会福祉協議会、みどり会

今回は、コロナ対策を取りながら、講演会を行いました。

ためになる話あり、笑いありと参加された方は、楽しんでおられました。



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。

