

# レインボー

地区社協だより  
第60号  
平成29年6月15日  
各務原市社会福祉協議会  
発行 緑苑地区社会福祉協議会

## レインボーで 二胡の演奏会

4月26日に  
コミセンのホー  
ルで二胡の演  
奏会が開催さ  
れました。

ボランティア  
ハウス「レイ  
ンボー」では、  
地域の高齢者・  
子育て者、障  
がい者の健康  
づくり、仲間  
づくり、生き  
がいづくりの  
ために、毎月  
多くの皆様が  
気軽に参加で  
きる楽しい集  
いを開催して  
おります。今  
月は、3名の  
二胡演奏家を  
お招きして、  
二胡の代表曲から日本でもおなじ  
みの曲まで10数曲が演奏され、最  
後には皆様の盛大な手拍子に込  
てアンコール曲を演奏していただ  
きました。その後、お菓子とお茶  
で楽しい語らいのひと時を過ご  
しました。

ボランティアハウス「レインボー」  
では、毎月第四水曜日午後1時30  
分～3時30分、コミセンのホール  
で開催しております。お友達など  
お誘いあわせてご参加ください。  
会費はお茶とお菓子付きで200  
円です。



## お誘いあわせて♪お出かけくださ～い レインボーの年間活動内容

日付	活動内容	日付	活動内容
4月26日	二胡演奏	10月25日	3Bリフレッシュ体操
5月24日	さわやか伝言板	11月22日	コーラス(コーレ・クライス)
6月28日	3Bリフレッシュ体操	12月20日	ハーモニカ演奏(ふれんどリラ)
7月26日	人形劇・腹話術	30年1月24日	大正琴演奏
8月23日	包括支援センター Joyful 各務原	2月28日	お楽しみ会
9月27日	食事(場所 未定)	3月28日	食事会(出前ふらっと)



## 「ふらっと」で 野菜の朝市

坂の街の  
緑苑では、  
高齢化とと  
もに自動車  
を運転でき  
ないなど移  
動手段がな  
く、スーパー  
やコンビニ  
での日常の  
買い物が困  
難、といっ  
た方が増えてきております。  
「緑苑活き活きサポート会」  
では、こういった方の買い物支  
援を行うため、近所の農家さん  
のご協力を得て、月に1回です  
が採れたての新鮮野菜を販売す  
る朝市を開催しております。



開催日 毎月第三金曜日  
開催時間 午前10時～12時  
開催場所 ふらっと(中3-17)  
季節ごとの旬の地元野菜を販  
売しております。



## 「ふらっと」で昼食会 ランチで集まろう

「ふらっと」  
では、毎月1回  
「ランチで集ま  
ろう」を開催し  
ております。一  
人暮らしの方な  
ど、地域の皆さ  
んとおしゃべり  
しながら食事し  
たい方のお茶の  
間として利用し  
ていただいてお  
ります。毎回、  
季節に合った旬  
の食材や健康に  
良い食材を使っ  
た、スタッフの  
皆さん手作りに  
よる食事を楽し  
みに、多くの皆  
さんの参加で賑わっております。  
4月のメニューは、山菜の天ぷ  
ら、たけのこ飯、吸い物でした。  
天ぷらの材料はコシアブラ、コゴ  
ミ、アズキ菜、ワサビ菜、舞茸で  
す。食事代は350円でした。  
今月の「ランチで集まろう」は、  
6月27日に手打ちの「ざるそば」  
を予定しております。



※Happy Birthday 誕生会も毎月1  
回開催しております。当月の誕生  
者を囲んで「Happy Birthday」を  
唱和し、お茶とケーキでお祝いし  
ております。会費は200円で誕  
生月の方はプレゼントも。ケーキ  
は、スタッフの皆さんの手作りで  
とっても美味しいですよ！

# ふらっと通信

平成  
29年

7月号

## 朝顔



東京下町の夏の風物詩として名高い、「朝顔市」は7月9日～10日に開催されます。朝顔の原産地は中国で、別名「牽牛」といわれる朝顔の種が薬として非常に高価で珍重されたことから、贈答された者は牛を引いて御礼をしたといわれています。平安時代に遣唐使によって日本にも薬草として渡来し、その後、江戸時代には朝顔の花を夏の風物詩として鉢植えの朝顔が売られるようになり、明治時代初期には朝顔市が始まりました。

朝顔は支柱となるものになぜか左巻きに巻き付きながら成長します。そして、朝顔は日没から10時間後に咲く、体内時計を持っていきます。それで、早朝に花を開き、日の出とともにやがてしぼむ一日花です。

江戸時代の俳人 加賀千代女の句「朝顔に釣瓶(つるべ)とられてもらい水」には、朝顔に対する優しい気持ちとともに、朝顔が庶民に愛されていた身近な花だったことが感じられます。

【今月のギャラリー紹介】  
今月は、鶴沼中央幼稚園児の絵を展示します。

▼展示期間  
7月3日(月)～31日(月)  
【ふらっとの募金箱】  
4月のご寄付額4,280円です。

### 9時55分～10時は「テレビみんなの体操」を実施します

時間	月	火	水	木	金
午前 9:55 ～ 12:00	<b>7/3</b> 囲碁で集まるう ～初めての方もお気軽に～	<b>4</b> 絵手紙を楽しもう ～綺麗な色を使ってチャレンジ～	<b>5</b> 10:30～ 朗読 芥川龍之介「くもの糸」	<b>6</b> 親子で一緒に遊ぼう (幼児対象)	<b>7</b> ご自由にお越しください 生き生きサポート相談
午後 1:00 ～ 3:00	ご自由にお越しください 生き生きサポート相談		みんなで歌おう リクエスト曲で歌おう	将棋で集まるう ～初めての方教えます～	
午前 9:55 ～ 12:00	<b>10</b> 毛糸で遊びましょう 材料：各自持参	<b>11</b> 麻雀で集まるう ～初めての方もどうぞ～	<b>12</b> パソコンSOS	<b>13</b> 布遊び	<b>14</b> ご自由にお越しください 生き生きサポート相談
午後 1:00 ～ 3:00	ご自由にお越しください 生き生きサポート相談		楽しく声を出して気管支を鍛えよう		ビデオ鑑賞
午前 9:55 ～ 12:00	<b>17</b>  <b>海の日</b>	<b>18</b> ランチで集まるう	<b>19</b> 水彩画を楽しもう ～午前、午後～	<b>20</b> 親子で一緒に遊ぼう (幼児対象)	<b>21</b> 新鮮野菜販売
午後 1:00 ～ 3:00					
午前 9:55 ～ 12:00	<b>24</b> ご自由にお越しください 生き生きサポート相談	<b>25</b> ご自由にお越しください 生き生きサポート相談	<b>26</b> ビーズで遊ぼう	<b>27</b> ビーズで遊ぼう	<b>28</b> ご自由にお越しください 生き生きサポート相談
午後 1:00 ～ 3:00					
午前 9:55 ～ 12:00	<b>31</b> ご自由にお越しください 生き生きサポート相談	<b>8/1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
午後 1:00 ～ 3:00					

- ドリンクメニュー ドリップコーヒー(アイスも可)、紅茶、お茶 各100円(お菓子付)
- トーストセット 提供時間：10時から14時 250円(大盛り350円)
- うどん 提供時間：12時から13時 200円(大盛り300円)



### 各務原市緑苑地区社会福祉協議会 ふらっと運営委員会

電話：058-322-6579、E-Mail：flatryokuen@yahoo.co.jp、フェイスブック：「緑苑ふれあいハウスふらっと」で検索