



# よほく

## 第36回 緑苑敬老の集い

10月29日に緑陽中学校体育館で「第36回緑苑敬老のつどい」が開催されました。今回は会場への送迎バスを取りやめて路線バスに切り替えたり、台風22号の襲来などで生憎のお天気といった条件下にもかかわらず、例年を上回る250名の参加者で会場は大賑わいでした。

式典では小学生の代表者による元気なご挨拶や、高齢者にお届けする絵手紙を作成してくださいと緑苑小学校の児童への感謝状の贈呈などがありました。式典後は、みどり会、安藤会長による乾杯の音頭の後、昼食会が始まり和やかな歓談のひと時を過ごしました。

その後、余興が披露されました。最初は子供会による「ソーラン踊り」です。舞台狭しと威勢良く元気に踊る小学校五年生の熱気が会場を埋め尽くしました。

次は「ひまわり」によるフォークダンスです。参加者も加わって会場内を男女が向かい合って2列の大きな輪を作り、お互いに手に手をとって踊りながら順次パートナーを変えていきます。知らない人同士でもカップルになって踊るなど、高齢者には若返り効果抜群です。

続いて行われたのは脳のトレーニングです。頭を使うと脳の血流がアップし、頭を使うことで、

脳に刺激を与え認知症の予防やMCI（軽度認知障害）の改善の手助けにもなります。脳トレリーダーが提示する楽しいクイズに各自で挑戦しながら脳トレを行いました。

そしてフィナーレは緑陽中学校によるブラスバンドです。この日のために練習してきたというお年寄り向きの曲目も加わり、迫力ある生演奏が館内に響きわたり、演奏が終わるたびに割れるような拍手が鳴り響き、素晴らしい演奏を称えました。

最後はお待ちかねのお楽しみ抽選会が幕を下ろしました。初めて出会う人、久しぶりで出会う人、地域でのふれあいの輪が広がるひと時でした。

ご来賓の皆さま、ご協力いただきました多くの皆様にはこの場を借りてお礼申し上げます。



### 高齢者のお宅へ絵手紙訪問

緑苑地区社協では24年度から、高齢者見守りのためのご近所活動として、絵手紙訪問を実施してまいりました。

今年も緑苑小学校の協力を得て、児童が手描きした絵手紙320枚を、80歳以上の高齢者を目途に各地区において近隣ケアグループ・自治会・民生児童委員さんたちの手でお届けしました。高齢者の皆様への元気なメッセージ、可愛いメッセージ、思いやりや励ましのメッセージなど、子供ならではの気持ちの込められた絵手紙をお渡しするところができ、大変喜んでいただけました。



### 中地区でそば打ち体験

10月20日に近隣ケアグループ（わかば会）では、中集会所においてそば打ちの体験会を開催

しました。

新そばの香りの漂う会場内では、地元の黒柳講師の指導のもと、楽しくそば打ちを行いました。打ちあがったそばは、屋外の大鍋でゆであげ、打ちたて・ゆであげたそばを、みんな美味しくいただきました。打ったそばは麺が太かったり細かったりと不揃いのものもありますが、打ちたてはそばの香りが際立って、味はとっても美味しかったとの感想でした。



### 緑苑社協イベント情報

■新春に抹茶を楽しむ会  
1月6日(土)に「ふらっと」で、抹茶を楽しむ会を開催します。

ご家族同士やお友達同士でお誘いあわせのうえ、美味しいお茶とお菓子と、楽しい語らいで新春気分を味わいましょう。

■お餅つき・ぜんざい会  
1月28日(日)正午から、コミセンでぜんざい会を開催します。つきたてのお餅の入った美味しいぜんざいです。

なお当日は、体育振興会では「あるキング」が開催され、参加者には豚汁が振る舞われ、抽選会も行われます。

# ふらっと通信

平成  
30年

1月号

## 中津川社協 視察訪問

### ■社協視察

11月20日(月)に中津川市の社会福祉協議会さん50人が視察研修にお見えになりました。



「ふらっと」のような交流の場所、いきいきサポート会の生活支援活動に大変関心をもたれていました。

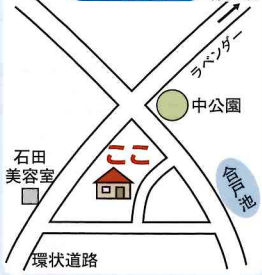
■お正月とは、歳神様をお迎える行事であり、1月の別名です。門松やしめ飾り、鏡餅を飾ったりするのは、歳神様を心から歓迎するための準備です。

現在は、1月1日から3日までを三が日、また門松が飾られている1月7日まで(地方によって異なる)の期間を「正月」と言っています。この期間を「正月」と言っています。

【今月のギャラリー紹介】  
今月の作品は、1月6日の新春抹茶を楽しむ会に合わせて、新春にふさわしいしつらえをします。

▼展示期間  
1月6日(土)～1月31日(水)  
【ふらっとの募金箱】  
11月のご寄付額は  
4410円でした。

### 案内図



◆住所：各務原市緑苑中3-17  
◆電話：058-322-6579  
※中公園の南西側

「ふらっと」オープン時間～平日：午前10時から午後3時(自由にご利用ください)～

時間	月	火	水	木	金
午前 10:00 ～ 12:00	1/1	2	3	4	5
午後 1:00 ～ 3:00	元旦	お休み	お休み	お休み	お休み
午前 10:00 ～ 12:00	8	9	10	11	12
午後 1:00 ～ 3:00	成人の日	お休み	水彩画を楽しもう ～午前、午後～	絵手紙を楽しもう ～綺麗な色を使ってチャレンジ～	ご自由にお越しく下さい 生き生きサポート相談 ビデオ鑑賞
午前 10:00 ～ 12:00	15	16	17	18	19
午後 1:00 ～ 3:00	囲碁で集まろう ～初めての方もお気軽に～	麻雀で集まろう ～初めての方もお気軽に～	ご自由にお越しく下さい 生き生きサポート相談	親子で一緒に遊ぼう (幼児対象)	新鮮野菜販売 ご自由にお越しく下さい
午前 10:00 ～ 12:00	22	23	24	25	26
午後 1:00 ～ 3:00	健康について ジョイフル各務原地域包 括支援センター	毛糸で遊びましょう 材料：各自持参	ご自由にお越しく下さい 生き生きサポート相談	将棋で集まろう ～初めての方教えます～	麻雀を楽しもう
午前 10:00 ～ 12:00	29	30	31	2/1	2
午後 1:00 ～ 3:00	日常文字練習 小筆又はボールペン持参	ランチで集まろう *要申込	朗読(13:30～) 小川方夫(マサオ) 十三夜	みんなで歌おう リクエスト曲を歌おう	Happy Birthday(1時半～) 1月生まれの方をtea partyでお祝しましょう

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