

りょくえん

緑苑の地域福祉を考える情報誌

第155号

7

2025

この世に客に來たと思えば何の苦もなし

伊達政宗／武將、戦国大名 名言より



愛知県・名古屋市「名古屋城 天守閣」

撮影者：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。



近隣ケアグループ研修会を実施しました

日時：令和7年5月25日(日) 10時～12時

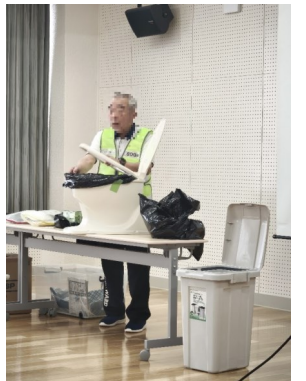
会場：緑苑コミュニティセンター 1階ホール

演題：「地震災害に備えて」

講師：セイフティねっとサバイバル 高木英人 氏

内容：「防災・減災を学び命を守る」

- ①自分の命は自分で守る方法を知る。
- ②そのために、地震について知る。
- ③災害時のトイレ事情を知り、備える実演
- ④避難する時の心得を知る。



内容が、「地震・災害に備えて」でしたので、今回は一般の方にも参加していただきました。講演だけでなく、避難所のトイレに関する実演もあり、皆さん、熱心に聞き入っていました。

「ふらっと」の夏時間について

6月16日(月)から9月30日(火)を夏時間とします。

夏時間の期間中、次のようにいたします。

- ・暑い時期、体調を考慮し、希望者は16時まで延長できます。
 - ・イベント終了時間は15時です。
 - ・飲み物受付は、15時まで。
 - ・使用してない部屋は15時より清掃を行います。
- よろしかったらタクシーもご利用ください。

(事前予約をお願いします。相乗り片道：100円)

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 7月 予定表 ☎ 058-227-0483

月	火	水	木	金
30 6月 イ 囲碁で集まろう 初めての方もお気軽に 親切に教えて頂けます 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。	1 7月 ダ 麻雀で集まろう 初心者大歓迎 お気軽にどうぞ ダ 麻雀で集まろう 初心者大歓迎 ご一緒に楽しみませんか～	2 2月 シ 和みのヨーガ 10:30～ 体が硬くても大丈夫 誰でもできる簡単な手当です ダ ご自由にお越しください 活き活きサポート相談 お茶しませんか～	3 ダ 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、会話も弾みます。 お気軽にどうぞ	4 イ 写経 般若心経を書きましょう 初めての方也大歓迎 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
7 イ 囲碁で集まろう 初めての方もお気軽に 親切に教えて頂けます ダ ご自由にお越しください 活き活きサポート相談 お茶しませんか～	8 シ のびのび体操 11:00～ 姿勢がよくなります～ お気軽にどうぞ シ 健康チェック 健康寿命を伸ばしましょう AGEs老化物質の蓄積状況	9 シ 水彩画を楽しもう 初めての方お気軽にどうぞ 絵筆をもって楽しく ダ 初心者麻雀 初心者大歓迎！気軽にどうぞ シ 水彩画を楽しもう	10 ダ 親子で遊ぼう 乳幼児対象、親子で交流 保育士常駐 イ 将棋を楽しもう シ 折紙	11 ダ ご自由にお越しください 活き活きサポート相談 ちょっと一服お茶しませんか ダ ご自由にお越しください 活き活きサポート相談 お茶しませんか～
14 ダ ご自由にお越しください 活き活きサポート相談 ちょっと一服お茶しませんか～ イ 日常文字練習 ▶筆、ペンをご持参ください シ フレイルチェック	15 シ 写経 10:00～ 般若心経を書きましょう 初めての方也大歓迎 シ 己書 ▶筆ペン、紙をご持参ください お気軽にどうぞ。	16 シ 和みのヨーガ 10:30～ 体が硬くても大丈夫 誰でもできる簡単な手当です イ 福祉何でも相談 社会福祉士が対応 予約受付で対応スムーズ	17 ダ 親子で遊ぼう 乳幼児対象、親子で交流 保育士常駐 シ シネマ鑑賞 午後のひとときを映画で楽しみま しょう。お気軽にどうぞ	18 ダ ご自由にお越しください 活き活きサポート相談 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
21 海の日	22 ダ ご自由にお越しください 活き活きサポート相談 ちょっと一服お茶しませんか ダ ご自由にお越しください ちょっと一服お茶しませんか～ お気軽にどうぞ	23 シ ゆる体操 10:00～ 普段気軽にできるストレッチ 水分補給ご持参ください ダ ご自由にお越しください ちょっと一服お茶しませんか～	24 ダ 親子で遊ぼう 乳幼児対象、親子で交流 保育士常駐 シ 誤嚥予防 腹式呼吸を意識して、楽しく	25 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 ダ ご自由にお越しください ちょっと一服お茶しませんか
28 ダ ご自由にお越しください 活き活きサポート相談 ちょっと一服お茶しませんか～ イ かな文字 ▶硯、墨、筆、下敷きをご持参 お気軽にお越しください	29 ダ 麻雀で集まろう 初心者大歓迎 お気軽にどうぞ シ ミニ演奏会 フォルクローレでこんにちはは 参加申し込みをお願いします	30 ダ ご自由にお越しください 活き活きサポート相談 ちょっと一服お茶しませんか シ 市議員 安村りょうと話そう お気軽にお越しください	31 ダ 親子で遊ぼう 乳幼児対象、親子で交流 保育士常駐 シ ランチで集まろう12時～ 野菜スープカレー 要予約	1 8月 イ 写経 般若心経を書きましょう 初めての方也大歓迎 シ 健康体操13:30～ 水分補給ご持参ください



ミニ演奏会 29日(火)
 南米音楽愛好家G ビダ・フェリス
 ビダ・フェリス(スペイン語楽しい人生)フォルク
 ローレ(南米のアンデス山脈地方の民族音楽)を楽
 しむサークルです。コンドルは飛んでいるで有名
 なケーナなどお楽しみください。参加費300円

「ランチで集まろう」31日
 野菜を煮込んだカレールーに
 焼き野菜のトッピング。スープ
 カレーで元気に夏を過ごしま
 しょう。参加費500円。申込よ
 ろしくお願いいたします

「フレイルチェック」14日
 フレイルチェックは15項目の記
 述、8項目のからだ測定チェック
 で自らの健康状態を知って、健
 康づくりに役立てましょう。
 目指そう健康長寿！

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、**ダ** 談話室

ドリンクメニュー

ドリップ珈琲(アイスも可)、紅茶でお茶
 カフェオレ各100円(お菓子付き)

ランチメニュー

冷やしうどん 300円