

# りょくえん

緑苑の地域福祉を考える情報誌



各務原市「学びの森 プロムナード イルミネーション」

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。



第162号

2

2026

自分がわかっていないことが、わかるようになることが一番賢いんです

驚田清一(哲学者) 名言より

## 「地域交流会」を開催

日時:2025年12月6日(土) 18時~

会場:緑苑コミュニティセンター 1階ホール

今年も緑苑コミュニティセンターで、実施しました。

バイキング形式に、アルコール類の提供も行いました。

普段、会えない方との会話も弾みました。

お弁当(おかずのみ)は、見た目も華やかでどんなシーンでも大活躍で、自慢のお料理が少しずつ食べられました。



## 表紙写真について

約250m続くイチョウの並木道「学びの森プロムナード」の冬の風物詩。学びの森のイルミネーションは、イチョウ並木と公園内の広場に約15万球のLEDが施され、ロマンチックな光に包まれます。

並木道だけでなく、公園内の広場にも白く輝く球形のオブジェが吊るされ、幻想的な景色が広がっています。

冬の夜空の下、家族や友人、大切な人と白く輝く光の中で散策を楽しみにお出かけしてみてください。

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 2月 予定表

☎058-227-0483

時間：午前10時～12時  
午後13時～15時

場所：☑イベント室  
☑集会室  
☑談話室

・ドリンクメニュー  
ドリップ珈琲(アイスも可)、  
紅茶、お茶、カフェオレ  
各100円(お菓子付き)

・ランチメニュー  
お好み焼き 300円



## ミニ音楽会

大正琴 2月26日(木)

鶴沼福祉センターで月3回の  
例会、生き生きとした音色を  
お楽しみください。



## ランチで集まろう 23日(月)

根菜ポトフ  
寒い日なればこそ、風邪など  
に負けないように、「根菜ポト  
フ」で体の芯から温まって免  
疫力アップにつなげましょう。  
参加費=500円  
申込お願いいたします  
定員30人です

月	火	水	木	金
2月 AM 2 PM	AM 3 PM	AM 4 PM	AM 5 PM	AM 6 PM
☑囲碁で集まろう 初心者大歓迎 お気軽にお出 かけください 	☑麻雀で集まろう 初心者大歓迎 何方でもお気 軽にお出かけ ください 	☑和みのヨーガ 10:30～ 体が硬くても大 丈夫 誰でもできる 簡単な手当て です	☑ご自由にお越 しください 生き生きサポ ート 相談もありま す お気軽にお越 しください	☑親子で遊ぼう 乳幼児対象、親 子 で情報交換、 交流 
☑将棋を楽しもう 親切に指導し ていただけます お気軽にどう ぞお越しくださ い ☑折紙 山折り谷折り変 化が楽しみです	☑写経 般若心経を書き ましょう 集中力向上、ス トレス解消	☑健康体操 13:30～ フレイル予防で リフレッシュ 水分補給ご持参 ください	AM 9 PM	AM 10 PM
☑ご自由にお越 しください 生き生きサポ ート 相談もありま す どうぞお気軽 にお出かけくださ い	☑ご自由にお越 しください 生き生きサポ ート 相談もありま す どうぞお気軽 にお出かけくださ い	☑のびのび体操 11:00～ 姿勢が良くなり ます お気軽にどう ぞお出かけくださ い 	☑ご自由にお越 しください 生き生きサポ ート 相談もありま す どうぞお気軽 にお出かけくださ い	☑親子で遊ぼう 乳幼児対象、親 子 で情報交換、交 流 保育士常駐 使用の玩具も衛 生面に配慮して ます
AM 16 PM	AM 17 PM	AM 18 PM	AM 19 PM	AM 20 PM
☑ご自由にお越 しください 生き生きサポ ート 相談もありま す どうぞお気軽 にお出かけくださ い	☑ご自由にお越 しください 生き生きサポ ート 相談もありま す どうぞお気軽 にお出かけくださ い	☑写経 般若心経を書き ましょう 集中力向上、ス トレス解消、心 の安定、脳の活 性化の効果があ るとされます	☑己書 ▶筆ペン、紙を ご持参ください お気軽にお越 しください	☑和みのヨーガ 10:30～ 体が硬くても大 丈夫 誰でもできる 簡単な手当て です
☑福祉何でも相 談 元市社協の社 会 福祉士対応 安心して、ご相 談にどうぞ	☑親子で遊ぼう 乳幼児対象、親 子 で情報交換、交 流 保育士常駐 使用の玩具も衛 生面に配慮して ます	☑シネマ鑑賞 「お母さんの木」 主演鈴木京香 午後一時映画 で楽しみましょ う ☑折紙 山折り谷折り 脳トレに最適!	☑ご自由にお越 しください 生き生きサポ ート 相談もありま す	☑ご自由にお越 しください 生き生きサポ ート 相談もありま す 
AM 23 PM	AM 24 PM	AM 25 PM	AM 26 PM	AM 27 PM
☑ご自由にお越 しください 生き生きサポ ート 相談もありま す お気軽にお越 しください	☑ランチで集ま ろう 根菜ポトフ お気軽にお越 しください 申込よろしくお願 いいたします	☑ご自由にお越 しください 生き生きサポ ート 相談もありま す お気軽にお越 しください	☑ご自由にお越 しください 生き生きサポ ート 相談もありま す お気軽にお越 しください	☑ゆる体操 10:00～ 普段気軽にでき るストレッチ フレイル予防で健 康寿命を伸ばしま しょう
☑ご自由にお越 しください 生き生きサポ ート 相談もありま す お気軽にお越 しください	☑ご自由にお越 しください 生き生きサポ ート 相談もありま す お気軽にお越 しください	☑ミニ音楽会 緑苑の方、講師 「琴志乃会」の 皆さまに演奏し ていただきます。	☑ご自由にお越 しください 生き生きサポ ート 相談もありま す お気軽にお越 しください	☑ご自由にお越 しください 生き生きサポ ート 相談もありま す お気軽にお越 しください
3月 AM 2 PM	AM 3 PM	AM 4 PM	AM 5 PM	AM 6 PM
☑囲碁で集まろう 初心者大歓迎 お気軽にお出 かけください	☑日常文字練習 ▶筆、ペンをご持 参ください 会話も楽しめます お気軽にお越 しください	☑麻雀で集まろう 初心者大歓迎 どうぞお気軽 にお出かけくださ い	☑麻雀で集まろう 初心者大歓迎 どうぞお気軽 にお出かけくださ い	☑和みのヨーガ 10:30～ 体が硬くても大 丈夫。誰でもできる 簡単な手当て です 
☑ご自由にお越 しください 生き生きサポ ート 相談もありま す お気軽にお越 しください	☑ご自由にお越 しください 生き生きサポ ート 相談もありま す お気軽にお越 しください	☑ご自由にお越 しください 生き生きサポ ート 相談もありま す お気軽にお越 しください	☑親子で遊ぼう 乳幼児対象、親 子 で情報交換、交 流 保育士常駐 使用の玩具も衛 生面に配慮して ます	☑ご自由にお越 しください 生き生きサポ ート 相談もありま す お気軽にお越 しください
☑写経 般若心経を書き ましょう 集中力向上、ス トレス解消、心 の安定、脳の活 性化の効果があ るとのことです	☑健康体操 13:30～ フレイル予防で リフレッシュ 水分補給ご持参 ください	☑ご自由にお越 しください 生き生きサポ ート 相談もありま す お気軽にお越 しください	☑ご自由にお越 しください 生き生きサポ ート 相談もありま す お気軽にお越 しください	☑ご自由にお越 しください 生き生きサポ ート 相談もありま す お気軽にお越 しください