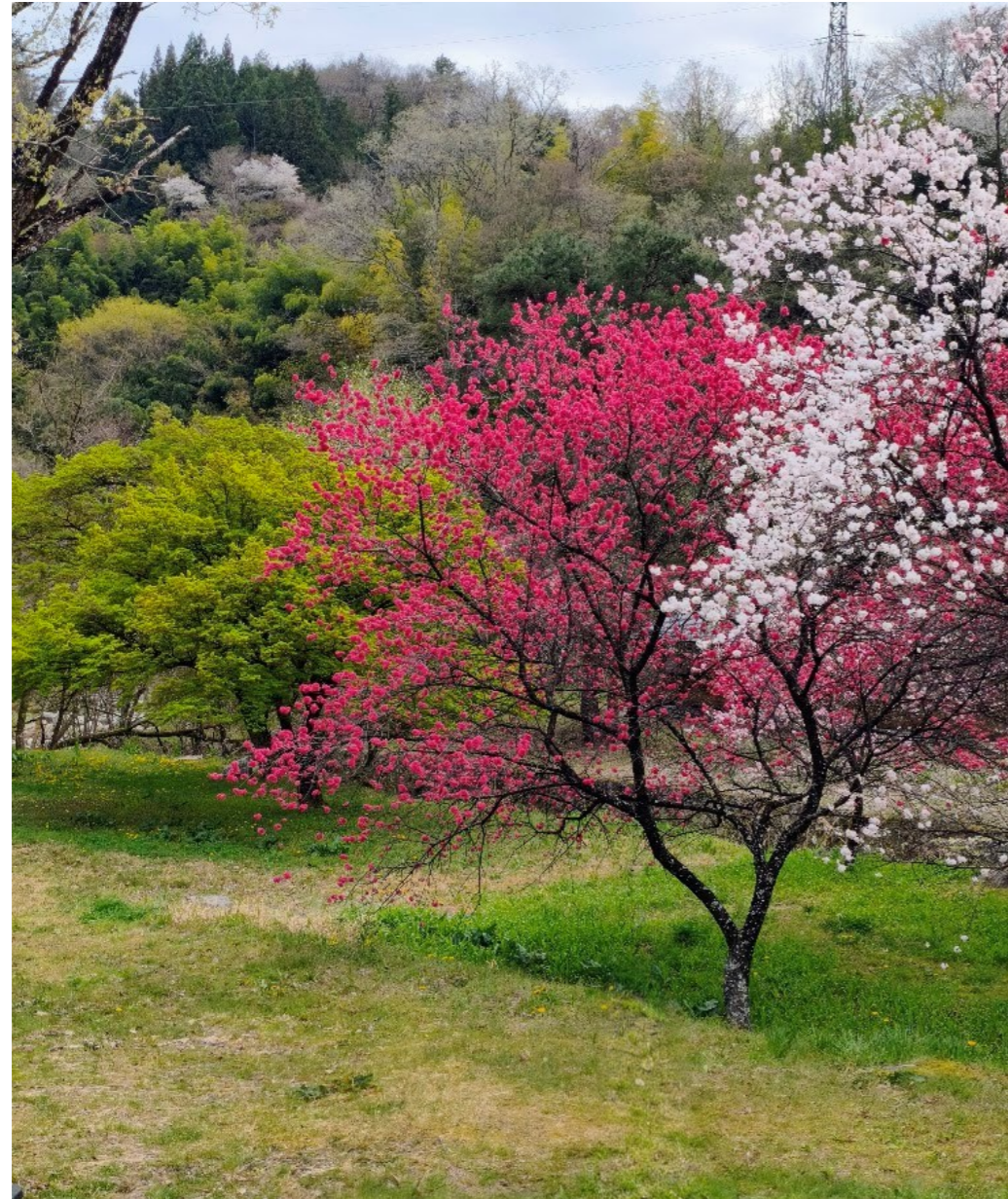


# りよくえん

緑苑の地域福祉を考える情報紙

第165号  
6  
2026



岐阜県・「花桃の里」  
撮影者：緑苑 N.Hさん

## 心に欲なき時は義理を行う

上杉 謙信(戦国武将) 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



### 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。



## 「ネイル体験」を行いました！

日時：2026年4月24日(金) 13時30分～  
場所：ふらっと

始めて、緑苑在住の方を講師としてお迎えして  
「やさしいネイルケア&はがせるネイル体験」を行いました。  
皆さん、楽しんでいました。



## 緑苑広報誌「りよくえん」をリニューアルします！

それに伴い、「広報委員会」を設置します。  
「広報委員会」の人材を募集します。  
緑苑の在住の方なら、どなたでも参加できます。

左記の「各務原市緑苑地区社会福祉協議会」まで  
ご連絡ください。

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。



◆住所：各務原市緑苑中1-6  
◆電話：058-227-0483

# ふらっと 6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  
焼きそば 300円

## ランチで集まろう 6月22日(月)手打ちそば

例年おなじみになりました  
「そば打ち同好会」のみなさま  
による手打ちそばです。  
手打ちならではのそばと天ぷら  
をお楽しみください。申込  
お願いいたします



### ふらっと おいでになりますか～

毎月地域の方が講師になり  
体操は毎週、転倒予防など体力  
維持に活用。

また、嚔下予防や写経、かな  
文字や日常文字、水彩画、己  
書、シネマ鑑賞、お抹茶、折  
紙、囲碁、麻雀など様々なイ  
ベント。スマホやパソコン、福  
祉相談などお困り事相談、親  
子で遊ぼう、などを実施して  
おります。ランチや飲み物も  
ご利用ください。

月	火	水	木	金
<p>AM 1 PM</p> <p>☑囲碁で集まろう 初心者大歓迎 囲碁クラブの皆さんに指導していただけます</p> <p>☑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よ、お気軽にお越しください</p>	<p>AM 2 PM</p> <p>☑麻雀で集まろう 初心者大歓迎 何方でもお気軽に参加できます</p> <p>☑麻雀で集まろう 初心者大歓迎 何方でもお気軽に参加できます</p>	<p>AM 3 PM</p> <p>☑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</p> <p>☑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</p>	<p>AM 4 PM</p> <p>☑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</p> <p>☑みんなで歌おう 懐かしい歌、思い出の歌など楽しんでみませんか</p>	<p>AM 5 PM</p> <p>☑写経 般若心経を書きましょう 集中力向上、ストレス解消、脳の活性化などの効果があるとされています</p> <p>☑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</p>
<p>AM 8 PM</p> <p>☑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</p> <p>☑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</p>	<p>AM 9 PM</p> <p>☑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</p> <p>☑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</p>	<p>AM 10 PM</p> <p>☑水彩画を楽しもう 絵筆を持ったのしく 初めての方もどうぞ</p> <p>☑初心者麻雀 初心者の方対象です。親切に指導していただけます</p>	<p>AM 11 PM</p> <p>☑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</p> <p>☑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</p>	<p>AM 12 PM</p> <p>☑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</p> <p>☑パソコン、スマホ相談 事前に知らせていただけますと対応スムーズ お気軽にどうぞ</p>
<p>AM 15 PM</p> <p>☑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</p> <p>☑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</p>	<p>AM 16 PM</p> <p>☑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ています</p> <p>☑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</p>	<p>AM 17 PM</p> <p>☑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</p> <p>☑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</p>	<p>AM 18 PM</p> <p>☑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います</p> <p>☑シネマ鑑賞 死に行く妻との旅路(主演三浦友和)病気の妻と車であてのない旅に出てます。 午後の一時を映画で楽しみましょう</p>	<p>AM 19 PM</p> <p>☑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</p> <p>☑福祉何でも相談 元市社協の社会福祉士対応 安心してどうぞ至福のひと時をお楽しみください</p>
<p>AM 22 PM</p> <p>☑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</p> <p>☑ランチで集まろう*手打ちそば 12時～ 参加費500円 申込お願いいたします</p>	<p>AM 23 PM</p> <p>☑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</p> <p>☑お抹茶をたのみましょう 至福のひと時をお楽しみください 参加費450円</p>	<p>AM 24 PM</p> <p>☑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</p> <p>☑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</p>	<p>AM 25 PM</p> <p>☑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います</p> <p>☑誤嚥予防を楽しもう 腹式呼吸でむせ予防、ピアノ伴奏で歌いましょう</p>	<p>AM 26 PM</p> <p>☑大人のぬりえ ストレス集中力向上、認知症予防、リフレッシュ効果が期待できます。 気楽にお越しください</p> <p>☑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</p>
<p>AM 29 PM</p> <p>☑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</p> <p>☑かな文字 ▶硯、筆、墨、下敷きをご持参ください お気軽にお越しください</p>	<p>AM 30 PM</p> <p>☑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</p> <p>☑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</p>	<p>7月 AM 1 PM</p> <p>☑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</p> <p>☑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</p>	<p>AM 2 PM</p> <p>☑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</p> <p>☑みんなで歌おう 懐かしい歌、思い出の歌など楽しんでみませんか</p>	<p>AM 3 PM</p> <p>☑写経 般若心経を書きましょう 集中力向上、ストレス解消、脳の活性化などの効果があるとされています</p> <p>☑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</p>