

しよえん

緑苑の地域福祉を考える情報紙

第169号

9

2026



日本ライン夏まつりロングラン花火

しあわせはいつも自分のこころがきめる

相田みつを／詩人名言より

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

※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。



「近隣ケア研修」のお知らせ

講師の方をお迎えして「近隣ケア研修」を実施します。

日時:9月12日(土) 10時~12時 会場:コミセン 1階ホール

題:「病気になっても歳とっても自宅で過ごすために」

講師:井出雄一郎先生(ふくろう在宅クリニック院長)

「シニアのeスポーツ教室」

各務原市が行っている、高齢者の生きがいづくりや社会参加につなげることを目的に、「シニアのeスポーツ教室」に参加しています。「落ちてくるピースを繋げて消すパズルゲーム」(ぷよぷよ)、「リズムに合わせて太鼓をたたくゲーム」(太鼓の達人)、「ハンドルを使って運転するレーシングゲーム」(グランツーリスモ)を体験しています。



緑苑社協出店品目

・みたらし団子 90円

・五平餅 180円

・焼きそば 300円

・かき氷 150円



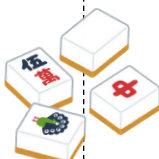
緑苑地区社協及びふらっとの住所はこちらのQRコードから読み込んでください。



案内図



◆住所:各務原市緑苑中1-6
◆電話:058-227-0483

月		火		水		木		金	
8月 AM 31 PM		9月 AM 1 PM		AM 2 PM		AM 3 PM		AM 4 PM	
📍ご自由にお越しください 活き活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		📍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 		📍ご自由にお越しください 活き活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 		📍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 	
AM 7 PM		AM 8 PM		AM 9 PM		AM 10 PM		AM 11 PM	
📍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		📍のびのび体操 11:00～ 姿勢が良くなります 		📍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		📍ご自由にお越しください 活き活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		📍将棋を楽しもう 📍折紙 山折り谷折り変化が楽しみです 	
AM 14 PM		AM 15 PM		AM 16 PM		AM 17 PM		AM 18 PM	
📍ご自由にお越しください 活き活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ています		📍和みのヨガ 10:30～ 体が硬くても大丈夫 誰でもできる簡単手当です 		📍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		📍ご自由にお越しください 活き活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	
AM 21 PM		AM 22 PM		AM 23 PM		AM 24 PM		AM 25 PM	
敬老の日 いっもありがとう これからの未来であめ 		国民の休日 		秋分の日 		📍ご自由にお越しください 活き活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		📍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 📍折紙 山折り谷折り変化が楽しみです	
AM 28 PM		AM 29 PM		AM 30 PM		10月 AM 1 PM		AM 2 PM	
📍ご自由にお越しください 活き活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		📍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		📍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		📍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		📍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	
		📍ランチで集まろう 12時～ 栗ご飯 申込をお願いします 		📍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500円 		📍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 		📍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	

ふらっと

9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

・ランチメニュー
ジャージャー麺
300円

ランチで集まろう

9月29(火)

栗ご飯とけんちん汁を予定しております。

知って得する栗のいろいろ
果肉だと思っている部分は種
イガは他の果物でいう皮にあたり、その中にある栗が果肉と種だそうです。(農林水産省HP)



9月の平日ランチメニューは
ジャージャー麺です

