

♪ 春ですー出かけましょう！

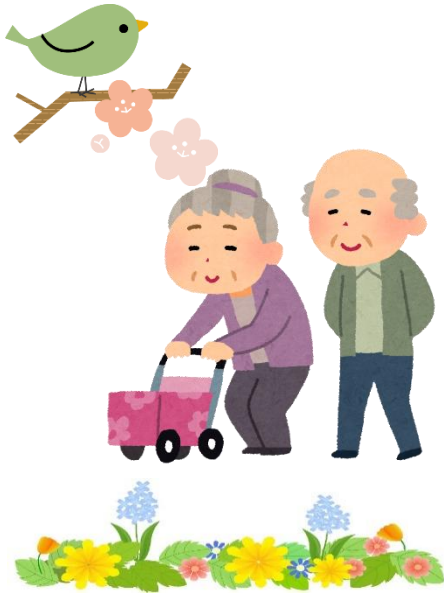
♪ 春ですー出かけましょう！

今年の冬は30年ぶりとか。本当に寒かったですね。

「この頃「もうすぐ春ですね」とキャンディーの「春一番」の歌が出てきます。

「もうすぐ春ですねーちよつと気取ってみませんか 風が吹いて暖かさを運んできました 泣いてばかりいたって幸せは来ないから 重いコートを脱いで出かけませんか♪」

とにかく春は暖かく、菜の花は咲き、畑の麦は青さを増し、小鳥のさえずる素敵な季節です。外へ出れば気持ちも明るくなってリラックスします。そして歩けばお腹も減って美味しく食事も出来ます。動けば体力もつきます。痛みさえなければ杖でもシルバークーでも使つて出掛けましょう♪



2月会食会

梅の花も見かける季節になりましたが、まだまだ寒い日が続きますね。暖かい春が待ち遠しいです。

会食会は19名の参加者が集まりました。今日の昼食は、さばの味噌煮、豚汁、春雨サラダ、大根の皮のきんぴら、漬物で、野菜たっぷりのメニューです♪風邪に負けない体づくりには食事が大事です。皆で食べて元気になりました！

その後はカラオケ大会です。司会の曲に合わせたナレーションが楽しく、歌う人も気持ちよく歌いました♪最後は「東京音頭」を皆で歌って楽しみました。

「毎月の会食会を楽しみにしているよ」という参加者の皆さんの声を励みに、スタッフ一同頑張っています。

3月はいつもの曜日とは違い、23日(金)です。お待ちしております♪



おそろい伝言板

みたけ会食会 3月の予定
(65歳以上のお一人暮らしの会食会)

♪ クローポによる演奏 ♪

(オーボエ・クラリネット・キーボード)

日時：3月23日(水) 11:30 ~ 14:00

場所：ふれあいセンター

☎バスの停留所

竹間沢第一集会所10時20分 ↓ セイコーマー

ト10時25分 ↓ 竹間沢公民館10時30分 ↓

サンライトマンション10時40分 ↓ 西が丘住宅

10時45分

参加費：400円

申し込み：三芳町社会福祉協議会

電話 049-258-0122

◎ サロン がいひん館 どなたでも

3月13日(火) 13:30 ~ 15:30

♻️ 歌声喫茶 オカリナ・ハーモニカの伴奏で春

の歌を歌いましょう♪

竹間沢1区第2集会所

費用100円

申し込みは不要です。会場に直接おいで下さい。

問い合わせ：049-258-5971

(竹ちく会)

～ふれあい・いきいきサロン 開催日のご案内～自由にご参加いただけます（一部 予約必要）～

日	月	火	水	木	金	土
				1	2 音楽ケア体操 13:30～16:00	3
4	5	6	7	8	9 歌の会 12:30～15:00	10
11	12	13 げいひん館 竹間沢1区第2 集会所 13:30～15:30 茶話会 (民生委員) 13:30～15:30 要予約 259-1451	14	15	16 カラオケサロン 13:30～15:30	17 元気サロン 13:30～15:30
18 折り紙サロン 14:00～16:00	19	20	21	22	23 1人暮らし 高齢者会食会 11:30～14:00 要予約 歌声喫茶 13:30～15:30	24
25	26 いもっこ体操 10:00～11:30	27	28	29	30	31

*各サロン(げいひん館・歌の会を除く)会場はみよし台1区集会所(MIX)です。

★歳時記 3月(弥生)

3月3日は「桃の節句」女の子のお祭りと言われています。雛人形を飾り、あられや蛤のお吸い物などでお祝います。蛤の貝は二枚が必ず対になっていて、外の貝殻とは合わないそうで、夫婦中和合を表すものとして使われています。

月の後半には春分の日があります。昼の長さや夜の長さがほぼ同じで、この日から少しずつ日が長くなります。前後3日を含め春のお彼岸といい、ご先祖の墓参りをする習慣があります。大切にしたい風習です。ちなみにあんこで作られた和菓子。春はぼたもちと呼び、秋には同じものをおはぎと呼びます。どちらかといえば、粒あんのほうが好みます(笑)。



問い合わせ：申し込み先・三芳町社会福祉協議会

049-258-0122 / FAX 049-258-0180