

# 今月のプログラムのご案内

## 女子会～ガールズトーク

日時：3月4日(月) 14:00～  
 参加費：50円  
 締切：3月1日(金)  
 簡単にポップコーン作り食べながら気軽に話をしよう。

## 手芸を楽しもう

日時：3月7日(木) 14:00～  
 参加費：300円  
 締切：3月4日(月)  
 ちりめんを使って梅の枝に花を咲かせよう。

## 春のミニコンサート

日時：3月8日(金) 14:00～  
 ハープは心を癒してくれる温かい音色です。  
 心にも体にも良いハープの音色をお楽しみ下さい。



## ホワイトデータイム

日時：3月14日(木) 14:30～  
 参加費：100円  
 締切：3月11日(月)  
 手作りチョコ菓子で“ほっこりティータイム”



## 新さんの料理会

献立：あつあつカレーうどん  
 日時：3月18日(月) 11:00～  
 参加費：300円  
 持ち物：エプロン、三角巾  
 締切：3月14日(木)  
 一緒に作って美味しくいただきます。

## 手しごとカフェ～ “太極拳にチャレンジしてみよう”

日時：3月19日(火) 14:00～  
 喫茶りんどうのボランティアをされていた藤倉公代さんと、吉池幸子さんにお越しいただいて太極拳を行います。生命のエネルギーである「気」とおりみちを感じてみましょう。

## 作って食べよう昼ごはん

献立：こねつけとけんちん汁  
 日時：3月21日(木) 11:00～  
 参加費：150円  
 郷土食のこねつけを作ってみましょう。

## 家族茶話会

日時：3月25日(月) 14:00～  
 参加費：100円  
 家族の皆さんで思いを分かち合う茶話会です。  
 申し込みは不要です。  
 初めての方もお出かけください。



## ランチ会～おにぎりを作ろう

献立：おにぎり、豚汁  
 日時：3月27日(水) 11:00～  
 参加費：200円  
 締切：3月25日(月)  
 あつあつ豚汁とおにぎりを作ってみよう。

紙袋づくりの材料 包装紙等の寄付のお願い  
 駄菓子を入れるための袋づくりをしています。  
 出来た袋は「だがし家らそ」さんへ差し上げて活動の応援をします。材料になる包装紙等がある方はご連絡ください。

## オレンジ若里登録のお願い

2024年度オレンジ若里登録更新の手続きをお願いします。  
 登録については以下の通りです。

**更新登録料 600円(年間)**

2024年3月より受付を行います。  
 2024年4月末までにお手続きください。  
 ご不明な点はお問い合わせください。  
 問い合わせ先 オレンジ若里 026-217-8002

# リーフ通信

第246号

発行：社会福祉法人絆の会  
 地域活動支援センター オレンジ若里  
 発行責任者：坂口 和美  
 〒380-0928 長野市若里4丁目5-28  
 TEL026-217-8002(代表)  
 FAX026-285-0579 TEL026-214-6600(相談)  
 メールアドレス minakami@kizuna-nagano.or.jp  
 絆の会ホームページ http://www.kizuna-nagano.or.jp

体調管理をしっかりとってなるべく通えるようにしたい(H)

- 開館時間：<9:30～17:00>
- 面接相談時間：<10:00～17:00>
- 電話相談時間：<10:00～16:30>

## オレンジ若里 予定表 2024年 3月

月	火	水	木	金	土	日
				1	2	3
				スタッフ会 11:00 開館	閉館日	閉館日
4	5	6	7	8	9	10
14:00 女子会	PMカラオケ	11:00 ピアノ	13:30 麻雀、将棋の日 14:00 手芸を楽しもう	14:00 ハープ演奏	閉館日	閉館日
11	12	13	14	15	16	17
14:00 メンバー会	14:30 合唱	14:00 音読会	13:30 麻雀、将棋の日 14:30 ホワイトデー ティータイム	職業研修の為 14:00 閉館	閉館日	閉館日
18	19	20	21	22	23	24
11:00 新さんの料理会 PMカラオケ	14:00 太極拳	閉館日	11:00 作って食べよう 昼ごはん	13:30 喫茶オレンジ 14:00 ギャラリートーク	閉館日	閉館日
25	26	27	28	29	30	31
14:00 家族茶話会	14:30 合唱	11:00 ランチ会 13:30 コラージュ	13:30 麻雀、将棋の日	スタッフ研修 13:00 開館	閉館日	閉館日

詳しい内容は裏面「今月のプログラムのご案内」をご覧ください。

### 喫茶オレンジ

日時：3月22日(金) 13:30～15:30  
 ボランティアのみなさんや地域の方々の交流の場です  
 市川一子さんにお越しいただいてギャラリートークを  
 予定しています。珈琲と共に陶芸の魅力をお聞きしましょう

絆の会  
ホームページは  
こちら

