

# 「通いの場」通信 第29号

「通いの場」とは、コミュニティールーム「はなみずき」とNPO法人ビレジサポートが運営するコミュニティースペース「IVY-LABO」が一体となり、健康的で充実した暮らしを提案し、地域での交流の中でその実現を目指す取り組みです。高齢者も大歓迎の世代交流の場として、心身に潤いを与える、様々な企画を開催して参ります。

コミュニティールーム  
はなみずき



コミュニティースペース  
IVY-LABO

はなみずき & IVY-LABO <共催>

春を歌おう

第11回

## 歌声喫茶

3月2日(土)

14:00 ~ 15:30

今月の歌：「花」

会場：はなみずき

入場料：200円(飲み物付き)

ピアノ：新居美穂先生

事前申込み不要  
お気軽にどうぞ

花野井小学校 作品展 (絵画、習字、工作など)

2/18(月) ~ 3/2(土) / はなみずき



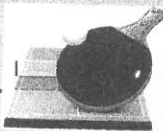
AFI Best100 映画鑑賞会  
「街の灯」

3月9日(土) 14:00 ~

会場：はなみずき  
入場無料

## ピンポンサークル

毎月2回、IVY-LABOで開催中! 次回は、  
2月21日(木) 10:00 ~ 12:00  
3月3日(日) 10:00 ~ 12:00 飛び入り歓迎!!



IVY-LABO 月例開催 …事前申込不要、ご自由に  
《健康増進デー》 2月21日(木) 9:30 ~ 10:00  
ロコトレ体操、コグニサイズ(脳も鍛えよう)  
《ゲームコーナー》 3月16日(土) 13:00 ~ 16:00  
将棋、囲碁、ウノ、オセロ、トランプなど備付け

## ルーから作る、野菜たっぷり おもてなしカレー

第7回

はなみずき & IVY-LABO <共催>

## 男の料理 教室

3月12日(火)

10:00 ~ 12:00

会場：田中近隣センター

講師：金子南代氏(野菜ソムリエ)

参加費：1,200円

定員：16名(応募者多数の場合は抽選)

■変わり種揚げ餃子と、ビタミンCたっぷりの  
ローズヒップとハイビスカスのゼリーも!



<参加申込方法> 締切り3月6日(水)  
「参加申込書」(裏面)をIVY-LABOに提出して  
下さい(FAX: 04-7106-5117も可)。

## 無料法律相談会

行政書士 木村 史朗氏

3月17日(日) 13:00 ~ 16:00

会場：IVY-LABO(はなみずき隣り)

■事前予約制/相談時間一人30分

相続手続き、遺言書の作成、遺産分割協議、  
成年後見制度等、日常生活における契約等  
についての相談をお受けします。守秘義務  
は遵守しますので安心してご相談下さい。

定員：6名(応募多数の場合は抽選、落選者  
は次回開催時に優先)

<予約申込方法> 締切り3月9日(土)  
「予約申込書」(裏面)をIVY-LABOに提出して  
下さい(FAX: 04-7106-5117も可)。

はなみずき、IVY-LABOは、月、火、水、金、土曜日の11:00 ~ 16:00にオープンしています

はなみずき：04-7149-8734 <照会先> IVY-LABO：04-7106-5117

柏市出前講座

**フレイルチェック** 1月24日(木) IVY-LABO



心身の活力低下(フレイル)が気になる今日この頃、フレイルチェックへ。柏市から派遣のサポーターの指導で、滑舌、いす立ち上がり、握力、ふくらはぎ周囲長の測定や、栄養・口腔・運動・こころの状況もチェック。あちこちで、「えっ」「ああ」「うそー」等の声が上がると、最後は「フレイル予防」のお勉強。楽しい中にも気持ちも新たに、有意義な時間でした。



フレイルサポーター9名、参加者19名が大集合！」

★ **ファミリークリスマス 写真展**  
1/7(月)～ IVY-LABO



12回目のイベント、また楽しい思い出が増えました。新たな企画も大好評、次は夏の「ワイワイフェスタ」です。楽しみにお待ちしております、お待ちしております。

**田中小学校作品展 (はなみずき)**  
今年も力作揃いでした！ 2/4(月)～2/16(土)



「男の料理教室」参加申込書 (締切り：3月6日) → IVY-LABO へ提出

氏名： \_\_\_\_\_ 申込日： \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_

住所： \_\_\_\_\_  
(第 支部、 街区 番)

電話： \_\_\_\_\_

メールアドレス： \_\_\_\_\_ @ \_\_\_\_\_

「無料法律相談」予約申込書 (締切り：3月9日) → IVY-LABO へ提出

氏名： \_\_\_\_\_ 申込日： \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_

住所： \_\_\_\_\_  
(第 支部、 街区 番)

電話： \_\_\_\_\_

メールアドレス： \_\_\_\_\_ @ \_\_\_\_\_