

「通いの場」通信

2023.12.9 各戸配布
第57号

「通いの場」は、コミュニティルーム「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。



コミュニティルーム
はなみずき



コミュニティスペース
IVY-LABO



年末年始

はなみずき

12月26日(火)～1月8日(月)



お休みのお知らせ

IVY-LABO

12月27日(水)～1月5日(金)

1年間のご愛顧に心から感謝申し上げます。来る年も皆様のご健勝とご多幸をお祈り申し上げます。

Xmas at Hanamizuki

12月限定
マカロン・セット
¥400



寒い季節、暖かくて美味しい麺類はいかが？



お正月の縁起お菓子
「花びら餅」を
はなみずきで！



☆ 1月9日(火)
☆ 1月15日(月)
(数量限定)

平安時代の宮中料理に由来し、新年に長寿を願って食べるお菓子です

はなみずきで「フレイル予防ポイント」もらおう！



ご来店すると、柏市の健康づくり推進プログラム「フレイル予防ポイント」がもらえます。

第2回 柏ビレジ野鳥探索会

我孫子野鳥を守る会の皆さんの全面的なご協力により、野鳥探索会を実施します。



日程：1月18日(木)

9:00 水辺の公園入口付近に集合、野鳥観察の注意事項など連絡の後、グループに分かれて探鳥
11:00～12:00 IVY-LABOで鳥合わせ、レクチャー
(当日荒天の場合、1月25日(木)9時より実施)

参加費用：500円

募集人員：20名程度(応募多数の場合、抽選)

参加申し込み：締切り 1月10日(水)

裏面の参加申込書をIVY-LABOに提出してください。

持参する物：①双眼鏡(お持ちでない方、5台まで貸し出します。お申込みください。)②筆記用具、③飲み物
服装など：運動靴、散策にふさわしい服装、寒さ対策、トイレ対策にご留意ください。

年の初めに

無料

フレイルチェック

(柏市出前講座)

要介護にならないように心身の健康状態を測定

柏市のフレイルサポーターにより、イレブンチェック等を実施します。奮ってのご参加をお待ちしています。

日程：1月23日(火) 10:00～11:40

場所：柏ビレジ自治会館

定員：20名程度(応募者多数の場合抽選)

参加申し込み 締切り：1月10日(水)

裏面の参加申込書をIVY-LABOに提出してください。

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。

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

※「通いの場」の活動は、「かしわフレイル予防ポイント」の対象です。カードの作成ははなみずきで。

「通いの場」活動レポート

写真を作者と一緒に鑑賞する集い 10月16日、21日

10月16日～28日にはなみずきで開催された「自然と野鳥 写真展」で、出展者の松浦 洋氏の作品解説を伺いながら鑑賞する集いが2度持たれ、写真が趣味の人、自然や風景が好きな人達が多数参加しました。

松浦講師から写真の撮り方だけでなく、自然や季節のとらえ方や小鳥の生態について興味深いお話があり、視野が広がり深まりました。



第5回「紅茶教室」 10月19日（木）

世界三大銘茶のダージリン、ウバ、キームンの紅茶を味わい分けながら、夫々の産地がたどった歴史、自然環境の違いなど、榎並麻由美講師の奥の深い説明に聞き入りました。

美味しい紅茶の淹れ方の実習では、お湯の沸かし方、夫々の紅茶に適した分量と蒸らす時間等を学び、講師提供の美味しいケーキをいただきながら自作の紅茶を味わいました。



第13回「和菓子教室」 11月11日（土）

家庭のオーブンで簡単に作れるロールケーキを季節の和菓子風にアレンジした「栗入りあん抹茶ロール」を実習しました。

白鳥優子講師のデモに続き、12名の参加者がグループに分かれ、栗を細かく切って餡に混ぜ、オーブンで焼き上がった抹茶入りの生地で巻きました。完成したロールの食べ頃は1日後で、持ち帰って家族で楽しみました。



Family Christmas 2023

12月16日（土）12：00～17：00

会場：アイビーモール（商店街）



面白いゲームがいっぱい！
焼きそば、たこ焼き、ピザ・・・
クリスマスコンサート etc.

雨天は翌日に順延、内容一部変更で開催

1月23日「フレイルチェック」参加申込書 申込締切：1月10日（水） 多数の場合 抽選あり

氏名： _____ 申込日： ____ / ____
住所： _____ 第 ____ 支部 ____ 街区 ____ 番)
電話： _____ メール： _____

この「申込書」を「IVY-LABO」にご提出ください。FAX 04-7106-5117 もご利用いただけます。

1月18日「野鳥探索会」参加申込書 申込締切：1月10日（水） 多数の場合 抽選あり

氏名： _____ 申込日： ____ / ____
住所： _____ 第 ____ 支部 ____ 街区 ____ 番)
電話： _____ メール： _____

この「申込書」を「IVY-LABO」にご提出ください。FAX 04-7106-5117 もご利用いただけます。