



生活クラブ 地域ふくし情報紙

虹と風のたより

第19号

2012年
8月3日発行

問合せ先: 〒263-0051
箱毛区園生町1107-7
VAICコミュニティケア研究所

TEL. 043-290-8015
FAX. 043-290-8016

発行者: 生活クラブいなげピレッジ虹と風共同事業者

生活クラブ風の村/生活クラブ虹の街/輪生活サポートクラブ/VAICコミュニティケア研究所/ワーカーズ・コレクティブSan/ワーカーズ・コレクティブまどれーぬ



いつまでも元気でくらしよう!

「いきいき元気クラブ」開催!

いつまでも心も身体も元気に暮らし続けていただきたい。そんな思いで、この6月からVAICコミュニティケア研究所は、独自に「いきいき元気クラブ」を立ち上げました。

「いきいき元気クラブ」は、元気に暮らすために日常生活の中で心がけていただきたいことをお話ししたり、記憶力を保つためにドリルなどで脳のトレーニングを行ったり、身体の機能を保つために、座ったままで行なえる体操などを行なうものです。

7月23日に行なわれた第2回「いきいき元気クラブ」には50~80代の女性13人の方が参加されました(参加者は女性が多いそうです!)

ドリルの答え合わせはみんなで声を出しながら。また、講師のちょっとした話にみんなで笑いあったりと、大勢で取り組むからこそその楽しさも。

月1回の講座だけではなく、日々の暮らしの中でも継続して行えることをポイントで伝えるなど、継続することの重要性も十分に伝わってくる講座でした。9月までは無料でどなたでも参加できること。みなさんも一緒にいかがでしょうか?



…今後の講座予定…

8/20(月)・9/24(月)
14:00~15:00

グリーンプラザ園生 集会室にて

★問合せ先★

VAICコミュニティケア研究所

TEL 043-290-0051



この街でキラリ輝く「あの人」を紹介！

キラリ★この人

今回は
菊池まり さんです！



結婚を機に稲毛に引っ越してきてから 38 年。子育てをしながら子育て支援活動や補導員など、各種地域活動に取り組んできた菊池さん。自宅で行なっている個別学習指導の場には、小学生から高校生まで幅広い年代の子が訪れます。学習指導と言っても、一番大事にしているのは子どもたちの「居場所」になること。中には家に帰りたくない子や個人的な相談をしてくる子も。これまでの活動の中で、「子どもは色々な人の中で育つ、だからこそ地域には子どもにとってのオアシスが必要」と感じている菊池さん。今は「中高生のひろば」という、10代の子どもの「オアシス」もつくりました。どんな人でも居場所がある、そんな地域づくりを目指したいですね！



8月のあみいこ!!

「あみいこ」は、地域の住民同士が出会う場・企画です。

- MENU -

※専用駐車場はありません。車での来場はご遠慮下さい。

- ★**デジカメ教室**★ ※先着 10 名！
8 日(水) 10:00～12:00 参加費:800 円
会場:生活クラブ虹の街 2 階 会議室
- ★**絵手紙教室**★ ※先着 10 名！
22 日(水) 13:30～15:30 参加費:800 円
会場:生活クラブ虹の街 2 階 地域活動スペース虹
- ★**ヨガ教室**★ ※先着 15 名！
21 日(火) 10:00～12:00 参加費:800 円
会場:生活クラブ虹の街 2 階 地域活動スペース虹

❖お申込み先❖ **043-290-8015**
VAIC コミュニティケア研究所 (川端・北田)

デポー園生イベント情報

※組合員以外の方の参加も可能です！



ライフプラン講座「はじめて学ぶ生命保険」

自分のライフプランを一度考えてみませんか？

8/20 (月) 10:00～12:00

於・生活クラブ虹の街 2 階 地域活動スペース虹
参加費 無料 ※お申込みは前日まで！
託児は 8/11 までに要申込み (1,000 円/回)

「クエン酸たっぷり！お酢の生産者に 会いませんか？」

お酢の上手な利用法、レシピなど、お酢を使いこなして生活を楽しみませんか？

8/22 (水) 10:30～15:00

於・生活クラブ虹の街 1 階 デポー園生
参加費 無料

お問合せ：043-290-0090 (デポー園生)



…編集後記…

3・11以降、国全体で「節電」に取り組んだ昨年の夏。大きな問題なく、暑い日々を乗り越えることができました。今年の夏も、みんなでエネルギーのことを真剣に考えて乗り切りましょう！

いつか「節電」が「あたりまえ」になり、少ないエネルギーでスローで豊かなくらしが送れるといいな・・・(み)

問合せ先:VAICコミュニティケア研究所(千葉市稲毛区園生町1107-7 TEL.043-290-8015 FAX.043-290-8016)

*** 本紙は、「生活クラブいなげびレッジ虹と風」が発信する地域福祉に関する情報紙です ***