

# リーフ通信

第270号

## オレンジ若里 予定表 2026年 3月



楽しい春を迎えましょう (ひでひこ)

…館外行事

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)  
TEL026-214-6600(相談)FAX026-285-0579  
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>

- 開館時間：〈9:30～17:00〉
- 面接相談時間・電話相談時間〈10:00～16:30〉

月	火	水	木	金	土	日
						1 閉館日
2	3	4	5	6	7	8
13:30 折り紙を楽しむ会	美術館へ行こう 11:45閉館 	13:30 悠友ハウスと オレンジ若里 交流会 ～ニュースポーツ をしよう～	14:00 メンバー会	スタッフ会のため 13時開館  13:30 麻雀・将棋	閉館日	閉館日
9	10	11	12	13	14	15
13:30 出前講座 ～歯周病予防～	14:00 絆の会合唱団 ミニコンサート 法人本部にて	13:30 シニアエイトと やさしい麻雀・ 将棋の日	11:00 ランチ会 14:00 音読会	職員研修のため 14時閉館 	閉館日	閉館日
16	17	18	19	20	21	22
11:00 新さんの料理会 ～ポロネーゼ～ 14:00 オレンジ 家族茶話会	13:30 手芸の日 (シニアエイト)	13:30 女子麻雀		閉館日	閉館日	閉館日
23	24	25	26	27	28	29
13:30 美味しい珈琲の 日	13:30 季節のお茶会 ～やしょうま～ 14:30 合唱	11:00 カレーの日 締切：当日 10 時 13:30 コラージュ	13:30 信大生と一緒に ポッチャを楽し もう	13:30～15:30 喫茶オレンジ 13:30 麻雀・将棋	閉館日	閉館日
30	31					

3月 27日 (金) **喫茶オレンジ** はどなたでもお気軽にご参加ください

社会福祉法人絆の会  
絆の会ホームページ  
はこちら



# 🌿 今月のプログラムのご案内 🌿

館外行事

## シニアのみなさんと折り紙を楽しむ会 & お茶会

日時：3月2日（月）13:30～14:30  
シニアのみなさんと季節の折り紙を楽しんだあとに、お茶を囲んでゆったりと過ごしませんか。

## 手芸の日～初めての手編み～

コースターを手編みで作って楽しみましょう。  
初心者大歓迎です！

日時：3月17日（火）13:30～  
持ち物：カギ針のある方はご持参  
締切：当日12:00まで



## ニュースポーツで交流会

悠友ハウスのメンバーとの交流会です。一緒にニュースポーツ(ボッチャなど)にチャレンジしましょう。  
場所：悠友ハウス3F 多目的ホール  
日時：3月4日（水）13:30～14:30  
持ち物：飲み物  
集合出発：オレンジ若里 12:30  
\*現地集合の方はあらかじめご連絡ください。

## 美味しい珈琲の日

日時：3月23日（月）13:30～  
シニア大学の中山さんとその仲間たちの挽きたての美味しい珈琲はいかがですか？



## 信大の学生さんとボッチャを楽しもう

日時：3月26日（木）13:30～15:00  
場所：信大工学部体育館  
集合：オレンジ若里 13:10  
持ち物：上履き  
学生さんとボランティアさんとボッチャをしましょう

## 美術館へ行こう

長野県立美術館へ「トーベとムーミン展」を観に行きましょう。  
日時：3月3日（火）13:00～15:30  
持ち物：障害者手帳、バス運賃  
現地集合：12:50  
集合出発：オレンジ若里 11:45  
締切：3月2日（月）12:00 までにお電話で

## 喫茶オレンジ

日時：3月27日（金）13:30～15:30  
ボランティアの皆さんや地域の方々との交流の場です。コーヒーなどを用意してお待ちしています。

## 出前講座

「歯周病予防のためのお口の健康づくり」  
～全身への悪影響と予防方法～  
長野市保健所より歯科衛生士の方が講義に来てくださいます。  
日時：3月9日（月）13:30～14:30  
持ち物：手鏡ある人はお持ちください。

## 季節のお茶会～やしょうま作り～

長野保健医療大学の作業療法士春原先生、栗林先生、学生さん達とやしょうま作りをしましょう。  
日時：3月24日（火）13:30～  
参加費：100円  
締切：3月19日（木）16:00まで



## 新さんの料理会

～ポロネーゼ～  
日時：3月16日（月）11:00～  
参加費：300円  
締切：3月10日（火）16:00まで

## ランチ会～お好み焼き～

ホットプレートでお好み焼きを作りましょう。  
日時：3月12日（木）11:00～  
参加費：300円  
締切：3月11日（水）16:00まで



## …ギャラリー展示…

### 風子の絵足紙展

日時：3月2日（月）～5月1日（金）  
「ふうちゃん」こと富永房枝さんの作品展です。脳性まひのため両手が不自由で足で描いた絵手紙を展示します。ぜひご鑑賞ください。



## オレンジ若里登録更新のお願い

2026年度(2026年4月～2027年3月まで)のオレンジ若里登録更新のお手続きを受付しています。お手続きには登録料(600円)のお支払いが必要です。更新をよろしくお願い致します。