



ぴあふれんず 通信

今月のカレンダー

2024年

No.199

日	月	火	水	木	金	土
<p>1月の花 チューリップ 花言葉は 「思いやり」 「愛の告白」</p>	<p>1月の花 チューリップ 花言葉は 「思いやり」 「愛の告白」</p>	<p>今年の恵方は「東北東」 2月3日 節分 「福を巻き込む」 巻き寿司を切らずに無言で丸かじりして</p> <p>無病息災</p>		<p>1</p>	<p>2 ホテル信濃路 レストラン 学校給食フェア バイキング 11:00～16:00</p> <p>外出企画のため 地活を閉めます</p>	<p>3 徒歩外出 善光寺節分会 参加者13:00 善光寺集合</p> <p>参加されない方は 通常開館 9:30～17:00</p>
<p>4 立春 暦の上では 春が始まる日</p> <p>休館</p>	<p>5</p> <p>※15時閉館</p>	<p>6</p>	<p>7</p> <p>楽々体操 13:30～</p>	<p>8</p>	<p>9</p> <p>手芸の日 13:30～ 事前申込必要 ①</p>	<p>10 夕刻企画 善光寺 灯明まつり へ行ってみよう 16:30～19:00 開館時間変更 13:00開館</p>
<p>11 建国記念の日</p> <p>休館</p>	<p>12 振替休日</p> <p>休館</p>	<p>13</p>	<p>14</p> <p>手芸の日 13:30～ 事前申込必要 ②</p>	<p>15</p> <p>楽々体操 13:30～</p>	<p>16</p>	<p>17 ふづきの会 13:00まで 会員のみ利用</p> <p>13:30～ 通常開館</p>
<p>18</p> <p>休館</p>	<p>19</p> <p>楽々体操 11:00～</p> <p>※15時閉館</p>	<p>20</p> <p>絵手紙・習字の日 14:00～ 申込必要</p>	<p>21</p> <p>手話歌でGO 第32回目は 嵐の「カイト」です 14:00～</p>	<p>22</p>	<p>23 天皇誕生日</p> <p>休館</p>	<p>24 DVD鑑賞 13:00～</p>
<p>25</p> <p>休館</p>	<p>26</p> <p>手芸の日 11:00～ 13:30～ 事前申込必要 ③ フリー</p>	<p>27</p> <p>楽々体操 13:30～</p>	<p>28 上田アリオ 映画鑑賞と ランチ</p> <p>外出企画のため 地活を閉めます</p>	<p>29</p> <p>うるう年 今年は29日まで あります</p>	<p>うるう年とは 地球は太陽の周りを365日 かけてまわっています しかし、4年の間に1日分だけ ズレが起きてしまいます そのため、4年に1度 2月の日数を1日多く したそうです</p>	

ぴあ・ふれんず
からのお知らせ
引き続き手指消毒と
検温マスク着用にご
協力ください

ソロ・くつきんぐ
2月はお休み
します

月間企画
の変更は
ホームページ
でも
ご案内して
います

◆ぐーと販売日
金曜日 12:10～
パイ・シュークリーム
焼き菓子 など

◆絵手紙・習字の日
14:00～ 材料費 30円
※2月16日(金)までに
申し込んでください

楽々体操 時間変更しました
11:00～ 13:30～
YouTubeを見ながらできる体操です
参加は自由
座ったままでもできる
簡単でちょっと笑える体操です
「アルクマ信濃の国」が好評です

社会福祉法人信濃の星 地域活動支援センターぴあ・ふれんず
〒381-0034 長野市大字高田1134-1 1階
TEL: 026-268-0666 FAX: 026-268-0611
(受付時間9:00～17:00) E-mail: my-tikatsu@mystep.ip
開館時間 第1・第3月曜 9:30～15:00
第1・第3以外の月曜日と火曜～土曜 9:30～17:00

今月の企画のご案内

企画実施について

毎月、通信でお知らせしている外出企画等については、3名以上の参加申し込みで実施いたします。また、リフトバス利用の外出企画は、車いすを使用されている方の参加申し込みで運行いたします。参加申し込みいただいても、中止のご連絡をする場合があります。ご理解とご協力をお願いいたします。



第21回 長野「灯明まつり」 ～平和への願い～

日時 2月 10日(土) 16:30～19:00
善光寺周辺と城山公園
※参加される方は2月8日(木)までにご連絡ください

集合場所と時間は参加される方にお知らせします
各自防寒対策をお願いします



善光寺節分会 徒歩外出

日時 2月 3日(土) 13:00～

場所 善光寺

善光寺回廊から、特別来賓(羽田美智子さん)局アナ・住職・年男・年女・福男・福女による豆まき、冬恒例の行事です

※参加される方は1月30日(火)までにご連絡ください
※集合時間と場所は参加される方にお知らせします
一年の「福」をいただきましょう



上田アリオ映画鑑賞とランチ

日時 2月28日(水) 9:30～

送迎あります

映画鑑賞は、ディズニーまたは邦画を予定しています
※参加される方は2月22日(木)までにご連絡ください
集合場所と時間は参加される方にお知らせします
※参加人数によっては中止する場合があります

ホテル信濃路 学校給食フェア バイキング

日時 2月2日(金) 11:30～15:00 徒歩外出

現地11:00集合

料金 1,500円 (揚げパン・ソフト麺など)

学校給食週間にあわせて、昔懐かしい給食メニュー

※参加される方は1月30日(火)までにご連絡ください



◆手芸の日 紙袋を持参してください

『カレイドフレーム』

小さな刺しゅう枠に花でイニシャルを作ってみましょう サイズ直径11cm
デザインは変更することがあります

材料費 250円

2/9(金) 2/14(水)

手芸の日

2月26日(月)はフリーの日です

- ・以前作ったものをもう一度作りたい
- ・手芸の日に参加したかったけど都合が悪かった など

2月20日(火)までにご連絡ください
(材料の準備ができない場合は変更をお願いする事があります)



各回とも4日前までにご連絡ください

12月・1月の手芸の日に参加された方の作品をご紹介します



玄関しめなわ



アクセサリケース
「中に何を入れようかなあ～」
ステキなケースができました



マスクストラップ



子供さんの好きな
キャラクターストラップ



6月企画 ず～っと作りたかった
アロマ・フラワーソープ 大満足

