

習志野市 「にんじんカフェ」



【にんじんカフェお食事会】 ★4/18(金)・5/22(木) 13:00~14:30
 会場:キャラバンサライ仮店舗 会費:食事代実費 1,000円
 住所:習志野市本津田沼5-5-17 電話:047-452-5123

【2/19(水) つなげよう花の心生け花教室交流会開催報告】



【花材】

- ・桃
- ・雪柳
- ・菜の花

参加者の方より「3 か月ぶりに外出でき、生け花をみんなで作ることがとてもうれしい」「遠くからでも来てよかった」との声がありました。

《申込・問合せ先》「にんじんカフェ」 井戸川 定義 電話 070-5223-4496
 Eメール:sadayoshi-1@docomo.ne.jp

身体と心の小ネタ 第75便

季節は少しずつ春に近づいており、この文章が読まれる頃には柔らかな春の日差しが射している頃でしょうか。日々の小さなあれこれに思い煩ったりしながら、それでも皆さん、なんとか毎日を作りくりして暮らしていらっしゃると思います。

私の日々のささやかな楽しみはラジオです。今はスマホに便利な機能があり、過去の放送を好きな時に聞けるようになっていきますね。私はその機能を使い、家事をこなすときはもっぱらラジオタイムです。皿洗いをするときや洗濯物を干すときは傍らにスマホを置いて、掃除機をかけるときはイヤホンをしてながらお気に入りの番組を聞いています。ちなみにお気に入りの番組の一つは、NHKFM 土曜夜 11時から放送している「ジャズ・トゥナイト」。オープニング BGM のマイルス・デイビス『ラウンド・ミッドナイト』のかっこよさと、DJ の大友良英さん(『あまちゃん』の音楽を担当された方です)の清々しくも柔らかい口調が好きで、ジャズのことはよくわからないのに(苦笑)、毎週楽しみに聴いています。

家事で適度に体を動かし、そしてラジオで楽しい放送を聞く。ささやかだけれど、心身のメンテナンスに役立つことです。

松戸市 「ともにいきる会」

【手づくり品販売会】

★4/20(日)・5/20(火) 10:00~
 会場:珈琲館五香店前(新京成線 五香駅西口)
 松戸市常盤平 5-17-10 サンド五香商店街
 ※悪天候により中止する事があります。
 《問合せ》
 「ともにいきる会」090-8785-1318(森川)

千葉市 わかば「お茶っこ」しよう会

【4/9(水)11:30~お花見広場でピクニック会】

持ち物:お茶、お昼ご飯
 場所:青葉の森公園西口公園センター11 集合
 ・JR 千葉駅東口より 2 番のりばで千葉中央バス「鎌取駅行」「大宮団地行」「千葉リハビリセンター行」のバスに乗車(約 10~15分乗車)「ハーモニプラザ」下車。徒歩 4 分。
 ・JR 蘇我駅東口より2番のりばで「大学病院行」乗車「芸術文化ホール前」下車。
 ・京成ちはら線千葉寺駅より徒歩約 8 分

【お茶っこカフェ開催】

★5/8(木) 14:00~16:00
 *場所については変更になる場合もあります。
 場所:生活クラブ生協デポーみつわ台 (千葉市若葉区みつわ台 3-14-5)
 *参加予定の方は電話でお問合せください。
 《申込み、問合せ先》わかば「お茶っこ」しよう会
 電話:090-1854-3457(田沼)
 E-mail:wakabaochako@outlook.jp

館山市 お茶会「たんぽぽ」

◆毎月第3木曜日開催 気軽なお茶会です。

★4/17(木)・5/15(木) 13:30~15:30
 *中止になる場合もございますので、参加をご予定の方はお問い合わせ願います。
 会場:菜の花ホール(館山市北条 1735)
 JR 館山駅東口より徒歩 10 分

問合せ:館山市社会福祉課東日本大震災支援室
 電話:0470-22-3213

山武市 森のじかん

※森のじかんは活動をお休みしています。
 何かありましたらお問い合わせください。

問合せ mayumingo-go@a-net.email.ne.jp

君津市 支援ネットワークきみつ

※活動は休止しています。
 何かありましたらお問い合わせください。

問合せ:090-4618-3413(齋藤)

福島でおこなわれている以下のダイヤルを千葉県公認心理師協会のHPでご紹介しております。

被災された方々の心の専門相談ダイヤル

ふくこライン 0120-783-295

月~金 午前9時~12時/午後1時~5時

(土日祝・年末年始のぞく)

※詳しくはこちらをご参照ください。

<https://kokoro-fukushima.org/fukukoline/>

