

* 皆さまからの作品 *



▲「コロナに負けるな！」Hくん

子どもの発想は素敵！
美味しいお肉が育つでしょうね。
虹色のココロンも可愛い♡
お子様の作品もお待ちしております。



▲「お肉の木」Sくん

* お知らせ *

「上町ふれあいカフェ」にたくさんの力を注いで下さった社協の金子美絵さんが野沢へ異動になりました。
今まで本当にありがとうございました。
またどこかでお会いできる日を楽しみに…
金子さんよりメッセージを頂きましたのでご紹介します。

* * *

上町地区で2年間お世話になりました。

ふれあいカフェで皆様を楽しそうに過ごされる姿に毎回元気を頂き、私自身も毎月ふれあいカフェの日が楽しみでした。

外出自粛や人との接触制限が推奨される今日では、当たり前前に皆様とお会いしていた日々が夢のように遠く感じます。

この上町ふれあいカフェ通信の発行を通じて改めて、上町ふれあいカフェが結んできた人と人の繋がりや尊さを実感しています。

状況を鑑みながら少しずつ再開に向けて動きだせばと、スタッフや協力者の方々は頑張っております。

再開の日に向けて、皆様もどうぞ、お身体に気をつけてお過ごしください。
本当にお世話になり、ありがとうございました。



春の陽気に乗せられて
気分も少し明るくなりますね！

引き続き、
今出来ることを考えながら
楽しく過ごしていきましょう！

この通信で少しずつでも
皆さまとつながれていること
とても嬉しく思います。

お手紙、作品、写真…
いつでもお待ちしております。

是非皆さまのお話、
お聞かせくださいませ。



〒154-0004

世田谷区太子堂2-12-2 T-one世田谷ビル5階

世田谷地域社会福祉協議会事務所気付

『上町ふれあいカフェアドシュガー』

↓ mailでもどうぞ ↓

addsugar.setagaya@gmail.com



『上町ふれあいカフェ』通信 vol.4

* お元気ですか *

すっかり暖かく、春らしくなりました。
今年はずっとより早く咲いた桜、シートを敷いてゆっくりお花見とは行きませんでした。散歩をしながら公園や街のあちこちで桜を楽しみました。みなさんはいかがですか？
皆さまからのお手紙、いつも嬉しく読ませて頂いています。コロナ禍の日々、不安なこともあります。工夫してお元気で過ごしの様子をたくさんの元気をもらっています。
今回も少しご紹介させていただきます。
散歩するのに気持ちがいい季節になりましたので、社協さんからの散歩コース・第2弾もご案内したいと思います。



* 散歩コース *

今回は弦巻区民センターを出発して、彫刻のある小泉公園、生誕120年を迎えた向井潤吉のアトリエ館、樹木園の木立とせせらぎが心地良い緑泉公園、王冠型の装飾が素敵な給水塔のそばをまわるコース。

■ ルート

弦巻区民センター→小泉公園→
向井潤吉アトリエ館→弦巻2-1遊び場→
弦巻緑泉公園→駒沢給水塔→弦巻中学校→
弦巻区民センター(約2.5km)
所要時間 約30~40分、
歩数 約3580歩、
消費カロリー 約50~70Kcal



* お便りご紹介 *



1月18日まちづくりへぬりえ見に行ってきた。
みなさんのぬりえを見ました。ぬりえ大好きです。頭の体操になりますよ。
いつも使っていますボタンデンチのうで時計が動かなくなり、ネジを外してデンチを買って自分で直しました。なかなか大変でした。
プロの方をお願いするのもいいですがこれも体験できるものですね。大切に愛用していきます。(Tさん)



「上町ふれあいカフェ」通信何時も有り難うございます。
ひとり暮らしも8年に成ります。
高齢持病有り肥満と三拍子そろって、我身をもてあます日々です。
身体を維持するためラジオ体操が毎日の日課です。
又、皆様にお会い出来ます様、心から願っております。
(Nさん)

「ふれあいカフェ」通信をいただき有難うございます。
素敵な箸袋もありがとうございます。
長いコロナのため3密にならないよう心がけて家に居ますが元気にしております。
年をかさね83才になりました。最後まで自分の足で歩ける様に毎日散歩しています。コロナの1日も早い終息を祈っています。(Yさん)

90才の私、3月には二人目のヒマゴが生まれます。
ですのもう少し頑張ろうと思います。
6時30分には目がさめキッチンで少しポーッと今日は何をやるかとか何を食べようかとか考える時に色々体を動かしています。
お料理等もやるのが好きです(食いしんぼう)何かしら作ります。
あとはクロスワード、本をよむ、パソコンで少しあそんだり、せまい家の中でラジオ体操、みんなの体操、あと自分なりの動き等なるべく毎日やっています。
お大根の頭のほうをタッパーに水を入れ、オネギも入ると芽が出ておつゆ物の薬味に役立ちそんなささやかな事が楽しい毎日です。
二、三日前久し振りに美容院に行き、カット、ヘアダイも少し満足しニヤニヤしてます。(Tさん)