

いきいきプラザへ、いきふらっと。

# いきふらカフェ

定員 25名程度  
(一部を除く)



受付 13:15~  
13:30 ~ 14:30

元気一番!!ひろめ隊(ボランティア)によるカフェです ♡

## 2023年 11月の予定

日	月	火	水	木	金	土
			1 楽しい 話し会	2 絵本を 楽しもう	3	4 うたを たのしむ
5	6 ハンド メイド	7	8	9 うたを たのしむ	10 俳句を 作ってみよう	11 手話
12	13	14 おりがみ	15 おりがみ (復習)	16 小物づくり	17 小物づくり (復習)	18 手話 (初心者)
19	<del>20 休み ハンド メイド</del>	21 あみもの	22	23	24	25 絵本を 楽しもう
26	27 切り絵	28	29 切り絵 (復習)	30 あみもの (復習)		

※内容は裏面をご覧ください

府中市にお住まいの65歳以上の方対象

事前申込み不要・参加費無料 飲み物と材料は各自ご持参ください  
都合により中止やメニューの変更を行うことがあります

問合せ：042-330-2010



# いきぷらカフェメニュー



おりがみ	「とんぼ」を作ります。 材料のおりがみをご用意ください。
切り絵	材料のおりがみ、画用紙（白・黒）、切り絵用の カッター、ゴムマットをご用意ください。
小物づくり	「リボンの小物」を作ります。 ペットボトルキャップまたはコーヒーミルク空容 器、サテンのリボン3mmと6mmをご用意ください。
あみもの	作品に必要な毛糸針や毛糸をお持ちください。
ハンドメイド	超かんたん!!パッチワークを行います。生地（表 地・裏地・はぎれ等）、厚紙、裁縫道具をご用意く ださい。
手話	50音・数字・月日・県名・趣味・歌（四季の歌） を手話で表します。
絵本を楽しもう	自主グループの方が絵本の読み聞かせをします。
うたをたのしむ	懐かしいうたをみんなで聴いてあじわいます。 ※感染症対策のため25名以上の場合は抽選
俳句を作ってみよう!	筆記用具とメモ帳をご用意ください。
楽しい話し会	ふちゅう体操（座位）、詩歌、朗読、テーマに沿っ てスピーチ（一人3分）などを行います。



## いきぷらカフェご参加についてのごお願い

- 密を避けるため**早めのご来館はご遠慮ください。**
- マスクの着用は**個人の判断**でご参加ください、咳エチケットに  
ご協力お願いします。
- 参加時には、**ご住所、氏名、電話番号**の記入をお願いします。