



フリースペース利用時間 :月曜日～金曜日(9:00～18:00)土曜日(9:00～15:00)
電話相談時間 :月曜日～土曜日(9:00～16:00)
休館日 :日曜日, 年末年始(12/29～1/3)

人生は芝居のごとし、上手な役者が乞食になることもあれば、大根役者が殿様になることもある。とかく、あまり人生を重く見ず、捨て身になって何事も一心になすべし。 福沢諭吉

<3月のイベント案内>

月	火	水	木	金	土
				1	2
					愛&あい祭り 11:00～15:00
4	5	6	7	8	9
11	12	13	14	15	16
			嘱託医相談 13:30～14:50 ※詳細は裏面	身体を動かそう 13:15～14:45 	
18	19	20	21	22	23
		利用者の会 13:15～14:00 		合同イベント 9:30～11:00 ※詳細は裏面	
25	26	27	28	29	30
				ゆったり会 13:15～14:45 お花見 ※詳細は裏面	

都合により変更及び中止とさせていただきます。予め御了承ください。

イベントによっては事前予約等が必要な場合がありますので、参加をお考えのイベントに関しましては1～2週間程度余裕を持って、お問い合わせ下さい。またイベントの申し込み期日は、多くの方がご参加頂けるようギリギリの日程にしています。申し込み期日を過ぎてからのキャンセルにつきましては、返金できませんので予めご了承下さい。

※ イベントの詳細は、裏面及びセンター内ポスターをご覧ください。

3月のイベント案内

個別相談

嘱託医の藤原修一郎先生（金沢文庫エールクリニック）による個別相談です。ご家族の方もご利用できます。

日 程：3月14日（木） 13：30～14：50

定 員：4名 先着順（初回利用者優先です）

予約方法：受付にお申し出ください。



※次回：4月2日（火） 申し込み開始日

初めての方	3月15日（水）より
2回目以降の方	3月22日（水）より

担当医：藤原先生

お！花見しよう

寒いのは嫌いだあ

暖かくなってきたなと思ったら
桜をめでましよう



3月29日（金） 13：15（厳守）センター2階に集合
最少催行人数 3名 雨天中止です 途中参加不可
事前予約の必要はありません

合同イベント

散策

はまべの会の皆様と一緒にWALKINGしましょう

日 程：3月22日（金） 9：30～11：00

集合場所：当センター2F ※事前予約は必要ありません。



投稿記事



— さらは「精神障害者」
 --- 愛しき せいしんしょうがいしゃ
 いこ りんりてんカードに ささぐ ---

第2 回
 たいこ かい

ペンネーム：ネルソンロイヤルJr
 ニルニール

本名：北村 和広 (72歳)
 ほんむら きたひろ かつひろ 72さい

兄の健一郎が弟の健次郎に言った。
 あに けんいちろう が せいの けんじろう に いった。

「世の中、全てお金では済まない、大半は金で済んだ!!」
 よ せのちゆう、すべ おかね で は 済ま ない、たいはん かね で 済んだ!!

そうだろう、健次郎」健次郎が云った。「そうだね!!」
 そうだらう、けんじろう けんじろう が いった。「そうだね!!」

兄貴、愛だの恋だの、優し、思いやりなど、まよから
 あにき あい こと こと やさしい おもひやり など、まよから

何てくるもんだよ!!」。ふから二人が妹の住んでいる
 なに て くる もん だ よ!!」。ふから ふたり が いまわに いる

マニマニに向かうのであった。(続く)
 まにまに へ 向かうのであった。(つづく)

愛&あい祭り

3月2日(土)は金沢区生活支援センターの文化祭の日です。新型コロナ禍明け、4年ぶりです。



退職スタッフからのご挨拶



非常勤職員 小野山 桂子

2024年3月をもちまして定年退職いたします。
 訪問などでセンターにいる時間は少なかったですが、
 4年間楽しく充実した日々を過ごすことができました。
 みなさまに感謝しています。ありがとうございました。



2024年3月 食事サービス献立表



※食事の持ち帰りは出来ませんのでご了承下さい。
又、献立は都合により変更させていただく場合があります。

月	火	水	木	金	土	日
				1	2	3
<p>【食事サービス】 提供時間 12:00~12:45 利用申込み及びキャンセルは、当日の 9:30までです。9:30以降のキャンセルは、キャンセル料350円が発生します。</p>				ちらし寿司 他	食事なし	休館日
4	5	6	7	8	9	10
食事なし	チキンクリーム煮 定食	八宝菜 定食	春巻き 定食	あんかけ焼きそば 他	食事なし	休館日
11	12	13	14	15	16	17
食事なし	ギョーザ 定食	お魚 定食	中華丼 他	とり丼 他	食事なし	休館日
18	19	20	21	22	23	24
食事なし	豆腐バーグ 定食	カレーライス 他 🔥	じゃがいも ひき肉チーズ焼き 定食	ワンタンスープ 他	食事なし	休館日
25	26	27	28	29	30	31
食事なし	チキン南蛮 定食	ピーマンの肉詰め 定食	チヂミ 定食	炊き込みご飯 他	食事なし	休館日

料金-350円 ごはん→大盛り240g・中盛り160g・小盛り100g うどん→大1.5玉・中1玉・小0.5玉 パスタ:120g・100g・80g 🔥 ←少しピリ辛になります。