WACNET

すべて予約が必要です　VOL. ４２
2019 年３月号

みんなで歌うシンフォニー！ 歌カフェ

往年の歌声喫茶を再現！
ＷＡＣでみんなで歌おう！
ソングリーダー：加藤 雅子
ゲストオカリナ：鈴木 あきら

地域のみんなの出会いの場。おじいちゃん、おばあちゃん、若者も、子どもたちも、たくさんたくさんお待ちします。

◎開 催 日：毎月第４土曜日（原則）
　　　　　　３月２３日（土）
◎時　　間：１３：３０～１５：３０
◎定　　員：３０名（予約制）12 才以下無料
◎参 加 費：５００円（ｺｰﾋｰ､ｿﾌﾄﾄﾞﾘﾝｸ付）
　　　　　※歌集は貸し出します
◎会　　場：ＷＡＣアグリカフェ　（豊橋市南瓦町 14-1　WAC ビル 1F）

味覚の学校

2015 年 9 月にアグリカフェでの第 2 回味覚の学校全国フォーラムをきっかけにスタートした「味覚の学校」同時に動き出した広島、大阪を拠点に盛岡、千葉、八王子、横浜、熊本、長崎と全国に拡がりを見せています。今回関心をお持ちの市民の方の他に、安心安全な食に興味のある多くの方にも是非「味覚の学校」に**体験参加**いただける機会をつくりました。(1 日参加可能です)

インストラクター候補同時募集！！

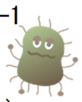
子どもたちの未来のために安心安全な食の知識と感性をいっしょに学びます

◎日　　時：３月１５日（金）13:30～16：00
◎テーマ：「春のスープと一汁一菜」加藤政実とカフェスタッフ
◎会　　場：ＷＡＣアグリカフェ（豊橋市南瓦町 14-1 WAC ビル 1F）
◎費　　用：年会費 2,000 円（テキスト代）※詳しくはリーフレットをご覧ください
　　　　　月謝 3,000 円（材料代調理費込）年間 36,000 円（前納）
◎申込み＆お問合せ：あいち味覚の学校　Tel0532－52－4315 森崎、飯森
　　　　◎申込みはお名前ご住所連絡先明記の上 FAX（0532－56－0702）又は
　　　　Email:info@wacnet.jp

酵素の学校

目から鱗の「酵素の学校」が豊橋でも始まりました
無農薬及び残留農薬を中和した安心安全な果物と野菜で作ります

◎日　時：３月２１日（木・祝）10:30～16:00
◎会　場：ＷＡＣビル研修室　豊橋市南瓦町 14-1
◎時　間：１３：３０～１５：３０
◎参加費：５，０００円（材料費１，５００円）



◎定　員：各 20 名（人数が集まり次第締め切り）
◎申込先：特定非営利活動法人福祉住環境地域センター
　TEL 0532-52-4315 FAX 0532-56-0702
　担当：森崎、飯森

みんなの居笑サロン

地域の茶の間・地域の居場所
みんなの居笑（いえ）
が交流サロンになります。
みんな　おいでん！！

◎**月曜日、水曜日：高齢者サロン**　事前予約要
　60 才以上の方なら誰でも参加できます
　10:00～15:00 利用料１日 300 円／回　ランチ 300 円
◎**火曜日：子育てサロン**
　子育て中のママなら誰でも参加できます
　10:00～15:00 利用料１日 300 円／回　ランチ 300 円
◎**金曜日：こども食堂**
　あそびと食事と宿題をいっしょにしよう　ボランティア募集
　16:00～20:00 夕食　こども無料　大人 300 円
１日１回午前又は午後3時間からボランティア活動に参加してみましょう！

みんなの居笑絵画クラブ

障がい者ひとりひとりの感性を引き出すアート活動、芸術・文化エンターテイメント活動を行うまた、交流イベントや発表する舞台に立つことにより、本人の自信につながる活動を行う。
みなさんクラブ活動に参加しよう！
◎日　時：毎週土曜日
　①１０：００～１２：００　②１４：００～１６：００
◎会　場：みんなの居笑（いえ）豊橋市向山大池町3番地1
◎対　象：障がい児・障がい者
◎分　類：自主事業　一般
◎定　員：１０名
◎費　用：入会金 1,000 円
　　　　月２回 3,000 円　月４回 5,000 円

前向き終活セミナー

加藤政実の講演＆相談会　相談無料
前向き終活セミナー
人生 100 年時代の今だから、考えてみたいものです。健康、お金からエンディングノートまで
―他人に迷惑をかけない「ひとり」の締め括り方、人生の終わりに向けて前向きに準備を進め不安を安心に変える方法を学びます。

◎日　時：３月１１日（月）
　　　　１０：００～１２：００
◎会　場：WAC ｱｸﾞﾘｶﾌｪ ｺﾐｭﾆﾃｨｽﾀｼﾞｵ
◎定　員：２０名
◎対　象：６０才以上の方
◎参加費：無料（予約制）

位巳光児のココロのワンポイントレッスン

「こころとからだの世界を知る！！」
ひとりひとりが違っていい、カタチのない「こころ」と「いのち」。でもカタチがないということは「何もない」ことではない。「カタチにできないほど何でもある」ことなのだ。目の前の現象にとらわれ、閉ざされ続ける人間の「こころ」と「いのち」を解き放つにはどうすればよいか・・・位巳　光児さんのこころの解決方法を学びます。
「ココロを開けば何があっても大丈夫」

◎日　時：毎週火曜日　10:00～16：00
◎会　場：みんなの居笑（いえ）
◎内　容：講話とからだのコントロール方法を学ぶ
◎指　導：位巳（いい）　光児（こうじ）（予防医学士）
◎費　用：800 円（食事付）事前予約制

アイフォン教室

アイフォンの便利な機能の使い方を学びます。基本操作、メール、コピペ、低電圧、アプリ、音楽、ＭＡＰ、基本設定、おやすみモードまであなたの知りたいことが理解できます。

◎日　程：毎月第１第３木曜日
◎会　場：WAC ｱｸﾞﾘｶﾌｪ ｺﾐｭﾆﾃｨｽﾀｼﾞｵ
◎時　間：１３：３０～１４：３０
◎定　員：１０名
◎対　象：高齢者、65 才以上の市民の方なら誰でも参加できます
◎参加費：５００円（コーヒー付）

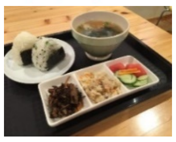
こども おひさま保育園

「働き方改革」私たちは働く女性たちを応援します！
０才児～３才児！病児保育
個人の所得、利用児童の年齢に関係なく利用料は一律月額 26,000 円の負担。空きがあれば即利用可！

開園時間　月曜～土曜　毎日 7:30～18:30
豊橋市瓦町２丁目７７（１号線瓦町旧呉病院）
㊐61-8101 又は 52-4315 安田、太田
園児募集中！

Cafe くらサポ

こどもも、大人も、
おじいちゃんも、おばあちゃんも、
みんなのカフェ、みんなの食堂、
地域の交流の場、地域の笑顔！



からだにやさしいランチ　５００円
お得なランチチケット、コーヒーチケット用意しています！！

㊋㊌㊍㊎の営業
午前１１時～午後２時

〒441-1384　新城市字西入船 18-3　佐野ビル１Ｆ　TEL 0536-23-5550

茶亭 おふく

人気のランチメニュー
日替わりランチ７００円
（お味噌汁＋コーヒー付）

・自慢のカレーライス 700 円
・ブレンドコーヒー　400 円
・ソフトドリンク　400 円他

営業時間 11:00～14:30（駐車場完備）
豊橋総合卸センター１階茶亭おふく
豊橋市問屋町 14 総合卸センター1 階
TEL0532-32-3630　店主　武田

身元保証人　成年後見人　引き受けます！

こんなことで困っていませんか！？

たすけあい三河にご相談ください！

お問合せ　☎０５３２－５２－４３１５
市民後見センターとよはし／市民後見センターしんしろ
特定非営利活動法人たすけあい三河

もったいないファクトリー

「もったいない」をありがとう！

ご家庭の不用品お預りします！！

日本のモノを大切にするココロがミャンマーなど発展途上国のこどもたちを応援します。（一社）もったいないボランティアプロジェクトと、WACNET. がジョイントし新しい福祉のしくみを創ります。ご家庭でまだ使えるけど不要となった。でも捨てるには「もったいない」物がありましたら、WACNET. へお持ち下さい！！

取扱い箇所
■WAC ｱｸﾞﾘｶﾌｪ
■WACNET. 本部
■みんなの居笑
■茶亭おふく
■くらｻﾎﾟｶﾌｪ

寄付できるもの
〇キッチン用品（お鍋＆フライパン等）〇生活雑貨（時計等）〇食器（新品、中古食器）〇ファッション系（夏物衣料等（冬物 NG））〇ベビー・キッズ（夏物衣料等（冬物 NG））〇キャンプ・フィットネス・スポーツ（テント等）〇工具（工具等）〇楽器・オーディオ（ギター等）、〇文房具（鉛筆等）

詳しくは専用リーフレット及び
http://www.wacnet.jp/mottainai/
TEL0532-52-4315
担当：稲川、柴田

問合せ先　もったいないファクトリー事務局　豊橋市南瓦町 14-1ＷＡＣビル 2F