

# フリースペース 山科総合福祉会館

赤ちゃんからお年寄りまで、誰でも楽しんだり、ほっこりしたり、思い思いに過ごせる場です。飲みものとお菓子がセットで100円で飲めます。注文はしてもしなくてもOKです♪誰かとお話したい人、家以外で過ごせる場所が欲しい人、散歩がてらにフラッと休憩していく人、花壇の手入れついでに…ここに来る理由も人それぞれ。申込はいりません。フラッと来て、フラッと帰れる。あなたの好きなように過ごしてください。

**場所** 山科総合福祉会館 2階  
山科区西野大手先町2-1

**日時** 毎週水曜日 10時～16時  
※祝日、年末年始除く

普段の様子はこちら!



登録はこちらから!



かたん  
花壇プロジェクト  
ごうし  
公式LINEに  
とも  
友だち登録すると  
ドリンク1回無料!

チャリティボックス ご寄付いただきありがとうございます。皆さまからの貴重なご寄付は、山科区の社会福祉のために活用させていただきます。

わくわく健康まーじゃん教室様 18,834円 令和6年12月3日	京都山科会様 100,000円 令和6年12月18日	株式会社京滋工業様 100,000円 令和6年12月26日	第一生命労働組合 京都総合支部様 34,500円 令和7年1月23日	社交ダンスB様 1,318円 令和7年2月14日	中村茂喜様 缶詰など(総計200個以上) 令和6年10月9日、11月13日、12月12日
--	----------------------------------	-------------------------------------	--	--------------------------------	--

## Takeishiの節約まめちしき! チャーハンの作り方

- ニンジンを細切りにし、肉、玉ねぎ、キノコなど冷蔵庫のあまりものをみじん切りにしてフライパンで炒めます。  
💡 ニンジンの栄養であるβカロテン(体内でビタミンAになる)は、熱して油とまぶすと栄養が吸収されやすい性質があります。  
💡 ちりめんじゃこを入れてもおいしいです。安い時に買って冷凍保存すると経済的です!
- 溶き卵を入れます。見た目は野菜炒めの玉子とじみたいになります。
- 前日のご飯の残りを入れて、ほぐしながら炒めます。
- 最後に味付けです。インスタントラーメンやヤキソバの粉末調味料を使います。これで、美味しいチャーハンが作れます。



〈考案〉  
山科区在住  
Takeishiさん

## 社会福祉法人 京都市山科区社会福祉協議会

住所 〒607-8344 京都市山科区西野大手先町2-1  
電話番号 075-593-1294  
FAX 075-594-0294  
WEB <https://yamashina-shakyo.or.jp/>  
メール [email@yamashina-shakyo.or.jp](mailto:email@yamashina-shakyo.or.jp)



SNSで情報を発信しています



社会福祉法人 京都市山科区社会福祉協議会 機関誌

ビーボ

# Be-Vo

あなたに みんなに やさしい福祉のまちづくり

Vol. 44

令和7(2025)年 3月



## 花壇プロジェクト



だい  
第3回  
かい

# お花の総選挙



花壇プロジェクトってなあに? 詳しくは中面へ〜

二次元コードであなたも投票!

1位になる花はどれ!? あなたの1票で花壇が華やかに!



※花言葉には諸説あります

第1回 お花の総選挙 | 1位 コキア

花言葉 「恵まれた生活」「夫婦円満」

テレビで紹介されました!



社会福祉法人 京都市山科区社会福祉協議会

発行者/内海 敏 編集者/宮本 昭宏

赤い羽根共同募金

機関誌Be-Voは一部共同募金の助成金で発行しています。



# かだん 花壇プロジェクトで、こんなことしてます！



育てたお花でクラフト  
押し花&ドライフラワー

楽しみ方はいろいろ♪



苗植え、お世話講座

はじめてでも、一人でも、大丈夫！



青少年活動センターでも！  
中学生ボランティア考案  
レジンづくり！

お花ブローチ&キーホルダー！



若い力も大活躍！

東総合支援学校の生徒さんと一緒に



子ども食堂と一緒に

ポップづくりや苗植え



クラフトの材料選び

日々、ほのぼの…

できる人が、できる時に★



世代を超えて協力プレー！  
土づくり中！



なごやかに  
お手入れ

男性も活躍中！  
ありがたい  
存在です！

## かだん そもそも「花壇プロジェクト」とは？

散歩のついでに、健康維持、癒し、趣味や特技を活かす、もっと素敵な地域にしたい…など、いろんな思いを園芸を通してカタチにしていく活動です。

子ども食堂や、誰でも集えるフリースペースとのコラボなど、老若男女問わず、ゆるやかで温かい交流が生まれています。



西御坊「おれんじロード」

はじまった  
きっかけはこちら♪  
(Be-Vo 41号)



# はな そうせんきよ 第3回 お花の総選挙

1位になる花はどれ!? あなたの1票で花壇が華やかに!

選ばれたお花は  
時期に合わせて  
植え付けます

1位のお花を「山科総合福祉会館」と「西御坊」に植えます! /

1 アジサイ



花言葉 「移り気」「辛抱強さ」

2 マリーゴールド



花言葉 「健康」「生命」「真心」

3 チューリップ



花言葉 「思いやり」「博愛」

※花言葉には諸説あります

けっか  
結果は  
かだん  
花壇プロジェクト  
こうしき らいん  
公式LINEで  
がつ はっぴょう  
5月に発表!

とうひょう  
投票は  
こちらから!



会館でも  
投票できます!



見に来てね

地下鉄東野駅から  
西へ徒歩10分圏内

山科総合福祉会館  
山科区西野大手先町2-1  
西御坊(本願寺山科別院)  
山科区東野狐藪町2番地



お花の総選挙の結果が気になる! どんな様子なのかな? 私もやってみたい!

かだん こうしき らいん  
そんなあなたへ! 花壇プロジェクト公式LINEがあります🌸

- ◆ 今月の活動カレンダーと先月の様子わかるレポート、その他イベントのお知らせが届く!
- ◆ 初めて友だち登録すると「フリースペース山科総合福祉会館」のドリンク無料券(1回分)をプレゼント!
- ◆ 右の二次元コードか、「花壇プロジェクト@山科」で検索!

フリースペース  
山科総合福祉会館については裏面へ!

とも どうらく  
友だち登録は  
こちら♪



ID:@244puovc

## これまでの「お花の総選挙」

第1回[総投票数298票] 1位 コキア(花言葉:恵まれた生活/夫婦円満) 2024年6月  
第2回[総投票数251票] 1位 キンギョソウ(花言葉:清純な心) 2024年10月

