

Let's plant sweet potatoes.

楽しく食べて
楽しく学ぼう

みんなの食堂
おいでえーる

since 2020

さつまいも を収穫しよう！

10月3日(土) 10:00~14:30

場所 千年園の畑 → 千年交流センター

(弘前市原ヶ平字山中39-1)

(弘前市原ヶ平5丁目1-13)

10:00 千年園に集合

(収穫体験を行い、終了後 各自千年交流センターへ移動していただき昼食となります。)

持ち物 軍手・長靴・飲み物・袋 など

参加費 大人200円(18歳(高校生)以下無料)

大人のみの参加は不可となっておりますのでご了承ください

春に植えたさつまいもは

どうなったかな？

自分で収穫したさつまいもは
そのままお持ち帰りできます！

この企画は、さつまいも
の植え付け～収穫の体験
を通した食育活動です！

*定員5家族 (植え付けにご参加された方以外)
(植え付け体験ご参加の方は定員外で参加できます)

- ・収穫は春に植え付けした区画でお願いします
- ・生育にばらつきがあるかもしれませんがご了承ください
- ・空き区画にも植え付けを行っていますので、植え付け体験に参加されていない方はこちらのさつまいもを収穫していただきます

悪天時は10月10日へ延期となります(収穫体験のみ)

開催の決定は当日8:30に
こちらでお知らせいたします

延期の場合は千年交流センター
へお集まりください



<https://forms.gle/ZC8H3g3snS7TDVRC8>



ご予約



Instagram



みんなの食堂
おいでえーる



LINE公式

令和8年度 弘前市市民
参加型まちづくり1%シス
テム支援事業補助金を活
用しています。



お問合せ

社会福祉法人千年会
住 所 弘前市原ヶ平字山中39-1
電 話 0172-87-4888
E-mail info@chitose-kai.or.jp
担当:井澤

お預かりした個人情報に関しては、同活動のみに使用し、同意なしに他に利用いたしません。また、個人情報の保管につきましても当法人「個人情報保護規程」に基づき適切な取扱いを致します。活動の写真撮影を行い、ホームページや報告資料等に使用する場合がございしますので、ご同意の上ご参加ください。

楽しく食べて
楽しく学ぼう



みんなの食堂

おいでえーる

since 2020

おいでえーる」について、地域のみなさん
のご意見を募集しています。
参加したことがない方の声も大歓迎です。



R8年度アンケート受付中

テーマ

「大人のハロウィン」

10月30日（金）

10時から13時30分

当日の予定

- ・栄養ミニ講話（管理栄養士）
- ・ミニ健康体操（理学療法士）
- ・調理実習（調理師）

仮装しての参加もOKです！



*定員は20名となります

*健康体操は無理なくお家でもできる体操
なっています。

テーマ

Trick or Treat!

「おいでえーるハロウィン」

10月31日（土）

10時から14時

当日の予定

- ・ハロウィン恒例のお菓子デコレーション！
- ・ごはんはみんなで楽しくハロウィンメニュー

仮装しての参加もOKです！

当日体育館で
千年園ママSUN会が
おさがり交換会も開催！



*保護者の方も安全面の配慮にご協力ください

*定員は40名となります（子ども・親子）

持ち物 エプロン・三角巾 など

参加費 一般200円（高校生以下、65歳以上は無料）

場所 千年交流センター 調理室・和室

（弘前市原ケ平字5丁目1-13）



ご予約



Instagram



みんなの食堂
おいでえーる



LINE公式

「みんなの食堂」おいでえーる とは

「みんなの食堂」おいでえーる は、栄養
バランスに優れた食事の提供、健康的な
食生活の支援や孤食の防止、食文化の
伝承等の地域における食育の推進を図
かるため、地域の子どもから高齢者まで
幅広い世代の住民が食事を共にする「共
食」の場を提供する活動です。「受け手か
ら支え手へ 食育を通じての地域の活性
化・地域共生社会の実現」を目標に地域
の人たちが地域で活躍できる活動にな
れと思います。

ボランティア募集中！

初めてのボランティアの方も楽しく
活動してみませんか

ひろさきボランティアセンター
HPへ掲載中！



* 事情により内容が変更となる場合がございます
のでご了承ください。

* 記録・広報等に使用する写真を撮影していま
すのでご了承の上ご参加ください

令和8年度 弘前市市民
参加型まちづくり1%シス
テム支援事業補助金を活
用しています。



孤独・孤立 対策
官民連携プラットフォーム

お問合せ

社会福祉法人千年会

住 所 弘前市原ケ平字山中39-1

電 話 0172-87-4888

E-mail info@chitose-kai.or.jp

担当：井澤

社会福祉法人千年会
障害者支援施設
相談支援事業所

千年園
ちとせ



お預かりした個人情報に関しては、同活動のみに使用し、同意なしに他に利用いたしません。また、個人情報の保管につきましても当法人「個人情報保護規程」に基づき適切な取扱いを致します。活動の写真撮影を行い、ホームページや報告資料等に使用する場合がございいますので、ご同意の上ご参加ください。

使わなくなったモノが、次のワクワクへ

「おいでえーる」で ^{交換}おさがり会」

SUSTAINABLE FASHION

10月31日（土）
10時から11時45分
千年交流センター体育館
（弘前市原ケ平字5丁目1-13）

大人・子ども
衣類、おもちゃ、
日用品、ベビー用品
などなど

持ち寄り・見るだけ、
どちらも大歓迎！

当日は通常の「みんなの食堂」おいでえーるも千年交流センター和室にて開催！ご予約で昼食もいかがですか！

当日の回収について

回収できないもの
大型家電・壊れているもの・不衛生なもの・食品・使用済みの下着・水着・ページが破れている本・その他使用できない物品など

* 詳しくはお問い合わせください

転売目的でのご利用は禁止です。

* おさがり交換会は「千年園ママSUN会」で企画しました

「みんなの食堂」おいでえーる とは

「みんなの食堂」おいでえーる は、栄養バランスに優れた食事の提供、健康的な食生活の支援や孤食の防止、食文化の伝承等の地域における食育の推進を図るため、地域の子どもから高齢者まで幅広い世代の住民が食事を共にする「共食」の場を提供する活動です。「受け手から支え手へ 食育を通じての地域の活性化・地域共生社会の実現」を目標に地域の人たちが地域で活躍できる活動になればと思います。

令和8年度 弘前市市民参加型
まちづくり1%システム支援事業
補助金を活用しています。



お問合せ 社会福祉法人千年会
住 所 弘前市原ケ平字山中39-1
電 話 0172-87-4888
E-mail info@chitose-kai.or.jp 担当:井澤



Instagram



みんなの食堂
おいでえーる

* 事情により内容が変更となる場合がございますのでご了承ください。* 記録・広報等にて使用する写真を撮影していますのでご了承の上ご参加ください

ご確認した個人情報に関しては、同活動のみに使用し、同意なしに他に利用いたしません。また、個人情報の保管につきましても当法人「個人情報保護規程」に基づき適切な取扱いを致します。活動の写真撮影を行い、ホームページや報告資料等に使用する場合もございますので、ご同意の上ご参加ください。