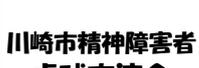


11月予定表



日	月	火	水	木	金	土
新人職員の紹介 11月より、新しい職員の山本三喜夫さんが入職します。 			1 メニュー 天津丼 	2 メニュー 魚の野菜あんかけ & 栗ご飯 	3 閉所日 (文化の日)	4 メニュー 豚肉のピカタ 
			5	6 メニュー 明太子パスタ 	7 閉所日	8 メニュー 鮭のパン粉焼き 
12  将棋倶楽部	13 メニュー 焼うどん 	14 閉所日	15 メニュー 鶏の唐揚げ  オリオン会	16 メニュー 麻婆豆腐  ゲームの日	17 ☆イベント☆ 芋掘り  午前閉所 13時開所	18 メニュー サンドイッチ 
19	20 メニュー 舞茸の天ぷらそば  苦情相談	21 閉所日	22 メニュー 焼きサバとトロロ  茶話会	23 閉所日 (勤労感謝の日)	24 自主活動の日 (作詞作曲の会) 	25 メニュー 肉豆腐 
26	27 メニュー 味噌ラーメン 	28 閉所日	29 メニュー 豆腐ハンバーグ  川崎市精神障害者卓球交流会	30 メニュー チラシ寿司  書道の日	11月29日(水)に川崎市総合リハビリテーション福祉センター体育館で行われる、卓球交流会にオリオンが参加します。	

★新型コロナウイルス感染症予防のため、以下の対応をお願いしています★

- ①オリオンでは今後も検温・手指消毒・マスク着用を継続していきます。ご協力のほどお願い致します。
- ②3つの密を避けて下さい。
 - ・間近での会話を避ける。
 - ・他の人との間隔を保つ。
 - ・こまめな換気と消毒を行っています。



- ・昼食会の時間帯(12:30~13:30)の昼食会参加される方以外の利用は出来るだけ控え下さい。
- ・持参の食事をされる場合は職員へお声掛け下さい。
- ・昼食会の時間帯に持参した食事をする場合、召し上がる時間をずらして頂く場合があります。ご協力お願い致します。

11月の食事会申込は、
10月29日(日) 9時～

11月のプログラム申込は、
11月1日(水) 9時30分～

パソコン教室11日

- ・14時～15時(1回目)
- ・15時～16時(2回目)
- ・申込【必要】各3名まで。
- ・申し込み締め切り
11/4(土)
- ・学びたいことと希望する時間を申し込み時にお伝えください。
- ・申込多数の場合はキャンセル待ちとなります。



運動の日10日

- ・14時～30分ほど
- ・予約が必要です。
- ・公園で運動をします。雨天の場合は室内で体操となります。



書道の日30日

- ・13時30分～(1回目)
- ・14時15分～(2回目)
- ・予約が必要です。(各回3名まで)
- ・書道道具はオリオンにあります。



オリオン会15日

- ・14時～15時
- ・予約が必要です。
- ・オリオンのことについて、一緒に話しましょう。
- ・飲み物1杯無料



茶話会22日

- ・14時～15時
- ・予約が必要です。
- ・のんびりお茶を飲みながらお話ししましょう。
- ・飲み物1杯無料



ゲームの日16日

- ・14時～15時
- ・予約が必要です。
- ・UNOと麻雀をします。皆さんと一緒に楽しみましょう!!



自主活動の日10日
(ギター10・24日)

- ・10時～12時半で適宜活動。
- ・予約が必要です。



将棋倶楽部12日

- ・14時～15時
- ・予約が必要です。
- ・集まった方たちで将棋をします。初心者も大歓迎です。



食事サービス

- ☆昼食会☆ : 水・木・土 1食350円
- ☆麺の日☆ : 月 1食200円
- *食事開始時間は12時30分頃を予定しています。
- *申し込みとキャンセルは、当日9時30分までです。
- *都合により、食材が変更になる場合もあります。
- *11月の定員は12名、お1人月5回予約申込可能です。



今年は例年になく暑い日が続きましたが、気温もだいぶ下がって過ごしやすい気候になっていますね。季節も秋になり、皆さんにとってどんな秋になりますでしょうか。

秋の食材と言えば「栗」があります。栗には、ビタミンC・B1・B2・食物繊維・葉酸などの栄養素が含まれており、美肌効果や冷え性の改善、便秘改善が期待できる食材です。オリオンの昼食会でも11月2日（木）に栗ご飯を予定しております。

～お知らせ～

- ★11月より、新しい職員の山本三喜夫さんが入職します。
- ★川崎看護短期大学から、看護実習生が実習に来る日があります。
- ★毎週金曜日11時からはたけベーカリーが販売に来ます。
- ★毎週日曜日の午前中に談話室を予約制で楽器の練習等に使用できます。適宜オリオンへご予約下さい。

久々に11/29卓球交流会に参加します！！



自主活動のご案内

* オリオンマガジンミーティング *

日程／9日(木) 14:00～15:00

10号始動に向けて編集ミーティングを行います。募集開始前のスケジュール確認等、行う予定です。皆様のご参加、お待ちしております。

* メンバーの自主活動の日 *

日程／10日(金)

10:00～12:30で適宜活動

参加は予約制です。事前の申し込みをお願いします。

・手芸の日

ボランティアさんと一緒に編み物などをしています。

・ギターの会(音楽サークル)

10日(金)、24日(金)

10日は通常通りのギターの練習、24日は作詞・作曲の勉強をします。

定員:5名(6名以上の場合は入替制)

・麻雀の会

・絵画の会

・ミニチュア(小さい模型)を作る会

* 将棋倶楽部 *

日程／12日(日) 14:00～15:00

集まった方たちで将棋をします。初心者も大歓迎です。
※密を避けるため、申し込み多数の場合、キャンセル待ちになります。



◇ 苦情相談窓口のお知らせ ◇

社会福祉法人アピエでは、毎月2か所の施設で弁護士による苦情相談窓口を設置しています。苦情や相談等ございましたらご利用ください。

今月の苦情相談：11月20日（月）

14:00～オリオン

15:00～宮前ハンズ

ご利用の際は事前予約をお願いします。相談者数に応じて相談時間は調整させていただきます。ご了承ください。

☆ その他、お知らせ ☆

- ・プログラムに参加しなくても、ゆっくり過ごせます。
- ・参加費の明記がないプログラムは、無料です。
- ・悪天候の時は、臨時閉所する場合があります。
- ・車の出入りが多いため、敷地内での電話や立ち話のご遠慮ください。
- ・安全対策のため、敷地内に防犯カメラが設置されています。日頃の行動が監視されるわけではありませんので、ご安心ください。

地域生活支援センター オリオン

〒216-0005 川崎市宮前区土橋3-1-6 富士見プラザ フォンテーヌ 1F
電話：044(862)6267 FAX：044(862)6268

