

4月予定表



日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	メニュー かき揚げそば 	閉所日				メニュー 竹の子ご飯 & 焼き魚
7	メニュー 焼きそば 	閉所日	メニュー ハンバーグ オリオン会	11	自主活動の日 運動の日	メニュー チキンのトマト 煮&パン
14	メニュー カルボナーラ 将棋倶楽部	16 閉所日	17 ☆イベント☆ 夢の島 熱帯植物館 終日閉所	18 ゲームの日 	19	20 メニュー 回鍋肉 パソコン教室
21 音楽鑑賞会 	22 メニュー 焼うどん オリマガミーティング	23 閉所日	24 メニュー オムライス 茶話会	25 書道の日 	26 自主活動の日 (作詞作曲の会) 	27 メニュー エビチリ
28	29 閉所日 (昭和の日)	30 閉所日	毎週金曜日の11:00～11:20、有馬にある「はたけベーカリー」がオリオンまで出張販売に来ます。おいしいパンを用意しておりますので、良かったらお立ち寄りください。 			

★新型コロナウイルス感染症予防の緩和★

- ①オリオンでは手指消毒・マスク着用は任意になります。(検温は特に行いません。)
- ②対面の席以外のパーテーションを無くします。
- ③換気や食事前後の消毒は継続します。



★昼食会の予約について★

予約回数は4回です。また前日及び当日9時からキャンセル待ち(空があれば予約)が可能です。
昼食会に参加したい日がありましたら、お電話または来所時にご予約下さい。



4月の食事会申込は、
3月29日(金) 9時～

4月のプログラム申込は、
4月1日(月) 9時30分～

パソコン教室20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4/13(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。



食事サービス

☆昼食会：水・土 1食350円
☆麺の日：月 1食200円
*開始時間は12時30分頃です。
*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。
*4月は定員は14名、お1人月4回予約申込可能です。

運動の日12日

- ・14時～30分ほど
- ・予約が必要です。
- ・今月は近くの公園で軽めの運動をします。



書道の日25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10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24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18日

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



自主活動の日12日 (ギター12・26日)

- ・10時～12時半で適宜活動。
- ・予約が必要です。



将棋倶楽部14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。



音楽鑑賞会21日

- ・11時～12時
- ・予約が必要です。
- ・好きな音楽、お勧めの音楽を持ち寄って鑑賞します。音源がなくても参加可能です。



春の日差しを感じる季節となりました。4月は気候をはじめ、寒暖差や様々な変化の時期で自律神経も乱れがちになります。そのような状態を整えるには「起きる時間」「寝る時間」「朝昼夕の食事の時間」の生活リズムを整えることが大事だそうです。



自主活動のご案内

* オリオンマガジンミーティング *

日程／22日(月) 14:00～15:00

今月は集まった作品の掲載順を決める予定です。

* 将棋倶楽部 *

日程／14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。

* 音楽鑑賞会 *

日程／21日(日) 11:00～12:00

好きな管楽を持ち寄って鑑賞します。音源がなくても参加可能です。※申し込み多数の場合、キャンセル待ちになります。

* メンバーの自主活動の日 *

日程／12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)

日程／12日(金)、26日(金)

12日は通常通りのギターの練習、26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)

その他 ・麻雀の会 ・絵画の会

・ミニチュア(小さい模型)を作る会



夢の島熱帯植物館



でのんびり癒されよう！

日 時：4月17日(水) 10:30～16:10

参加費：無料(交通費は往復オリオン負担)

(昼食は各自現地でお願いします)

※手帳お持ちの方はご持参をお願いします。

集合場所：鷺沼駅中央改札口に10:30 集合
10:37 鷺沼駅 出発

申込開始：4月1日(月) 9:30～

定員になり次第、キャンセル待ちとなります。

雨天時は決行、荒天時は中止となります。

※当日は、終日閉所となり、相談電話もお休みになりますのでご了承ください。中止の場合は通常通り開所します。

オリオンマガジンNo.10 作品募集中です！

募集メ切：3/31(日)まで

絵、写真、書道、詩、小説、彫刻などのオリジナル作品を募集しています。

申し込みされる方は、職員までお声がけください。

※作品受付票の記入をお願いしています。



～談話室の利用について～

★12日(金)、26日(金)は自主活動(ギターの会、作詞・作曲の会)で談話室を使用します。

★20日(土)は、パソコン教室で談話室を使用します。

★毎週日曜日の午前中(音楽鑑賞会の時間除く)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。



◇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：4月17日(水)

14:00～ RUMAH・りおん(入居者のみ)

15:00～ 宮前フレンズ

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。
- ・その他ご不明な点があれば、お問い合わせください。

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 フォンテーヌ鷺沼1F

電話：044(862)6267 FAX：044(862)6268

