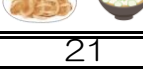


8月予定表



日	月	火	水	木	金	土
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。 				1	2	3
						メニュー ゴーヤチャンプル 
4	5	6	7	8	9	10
	メニュー 冷やしぶっかけうどん 	閉所日		イベント 納涼会 	自主活動の日  運動の日	メニュー 焼き魚定食 
11	12	13	14	15	16	17
閉所日 (山の日)	閉所日 (振替休日)	閉所日	メニュー 豚の生姜焼きと冷や汁 	 ゲームの日	夏祭り 雰囲気です！ 	メニュー サンドイッチ 
18	19	20	21	22	23	24
 音楽鑑賞会	メニュー 冷やし中華(しょう油) オリオン会	閉所日		 書道の日	自主活動の日 (作詞作曲の会) 	メニュー ぶりの照り焼き 
25	26	27	28	29	30	31
	メニュー ミートソース パスタ 	閉所日	メニュー 夏野菜カレー  茶話会	特別プログラム  卓球		メニュー 冷しゃぶ  パソコン教室

★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ィションはありません。
- 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。また予約回数を申し込んだ方でも、前日(閉所日除く)9時からキャンセル待ち(空があれば予約)が可能です。お電話または来所時にご予約下さい。



8月の食事会申込は、
7月26日(金) 9時～

8月のプログラム申込は、
8月1日(木) 9時30分～

運動の日9日 ・14時～15時ほど ・予約が必要です。 ・今月は室内で体操をします。運動をしやすい服装で参加して下さい。 	書道の日22日 ・13時30分～(1回目) ・14時15分～(2回目) ・予約が必要です。 ・(各回4名まで) ・書道道具はオリオンにあります。 	オリオン会19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28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15日 ・14時～15時 ・予約が必要です。 ・今月はヨーヨー釣り&スーパーボールすくい&麻雀をします。一緒に楽しみましょう。 	自主活動の日9日 (ギター9・23日) ・10時～12時半で適宜活動。 ・予約が必要です。 	将棋倶楽部お休み ・今月は祝日のため、お休みです。 	音楽鑑賞会18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。 

パソコン教室31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7/24(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12:30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。
*8月は定員は14名、お1人月4回予約申込可能です。

夏の最も暑いこの季節、夏バテには、水分やミネラルを含む食事を心掛けます。野菜や果物をたっぷり取り入れ、体内の水分バランスを整えることが大切です。トマトやキュウリなどの水分を多く含む野菜もおすすめです。また、エネルギー源として、豆腐や魚といったタンパク質を摂取することも大切です。バランスの良い食生活で、暑い夏に負けないために、健康をサポートしていきましょう。

自主活動のご案内

* オリオンマガジンミーティング *

日程／お休み

おかげさまで、オリオンマガジン第10号が完成しました。数に限りがありますが、希望する方に配布しています。

作品を応募された方にはお渡ししていますので、来所時にお声がけ下さい。

* 将棋倶楽部 *

今月は祝日のため、お休みです。

* 音楽鑑賞会 *

日程／18日(日) 11:00～12:00

好きな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。※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／9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／9日(金)、23日(金)

9日は通常通りのギターの練習、23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



8月イベント

「お好み焼き&かき氷」



お好み焼きとかき氷(宇治金時)で夏気分を味わいませんか。お好み焼きを焼くこともできます。

日 時：8月8日(木) 12:00～13:30

参加費：300円 場 所：オリオン

申込開始：8月1日(木) 9:30～

定 員：16名

※12:00と12:45開始の2部制となります。

(申し込み時に1部か2部か、お伝えください)

※定員になり次第、キャンセル待ちとなります。

※イベント中は参加者のみの利用となります。

※当日は17時で閉所となります。17時以降は

夜間相談電話で相談を受け付けます。

特別プログラム「卓球」

アピエ合同で卓球を実施します。日頃の運動不足を解消しましょう!!

日 時：8月29日(木) 13:30～

参加費：無料 交通費：自己負担

集合場所：オリオン13:00

：アリーナ13:30(2階集合室)

持ち物：室内履き、(ある方は)ラケット

※定員(8名)を越えた場合はキャンセル待ちとなります。

動きやすい服装でご参加ください。ラケットはオリオンでも準備します。



～談話室の利用について～

★9日(金)、23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。

★31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(音楽鑑賞会の時は10:45まで)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：8月22日(木)

14:00～RUMHA・フローラ(入居者のみとなります)

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はご遠慮ください。
- ・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

