

3月予定表

土
1
メニュー ポークピカタ 

日	月	火	水	木	金	土
2	3	4	5	6	7	8
	メニュー 味噌ラーメン 	閉所日	メニュー ちらし寿司 	ゲームの日 	WRAP 10:30～12:00 	メニュー 魚の照り焼き 
9	10	11	12	13	14	15
将棋倶楽部 	メニュー ジャージャー麺 	閉所日	オリオン会 	★バスハイク★ 箱根散策& 彫刻の森美術館 	自主活動の日 	メニュー チキンのトマト 煮&パン パソコン教室
16	17	18	19	20	21	22
音楽鑑賞会 	メニュー 彩り野菜の ペペロンチーノ 	閉所日		閉所日 (春分の日)	運動の日 (お花見散歩) 	メニュー 焼き魚定食 
23	24	25	26	27	28	29
	メニュー 皿うどん 	閉所日	メニュー 焼肉丼 茶話会 苦情相談	書道の日 	自主活動の日 (作詞作曲の会) お花見散歩予備日 	メニュー 肉豆腐 
30	31	★毎週金曜日の11:00～11:20頃、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。 				
	メニュー 天ぷらそば 					

★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(空きがあれば予約)が可能です。電話または来所時にご予約下さい。



ラフスピーチ会～WRAP de talk

令和6年11月～令和7年4月の期間中に月1回の開催をしておりましたが、今月で一旦終了となります(4月は予備日のため)。たくさんのご参加ありがとうございました。

3月の食事会申込は、
2月27日(木)9時～

3月のプログラム申込は、
3月1日(土)9時30分～

パソコン教室15日

- ・14時～15時(1回目)
- ・15時～16時(2回目)
- ・申込【必要】各3名まで。
- ・申込締め切り3/7(金)
- ・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。
- *3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21日

- ・14時～30分ほど
- ・予約が必要です。
- ・今月はお花見散歩をします。開花によっては28日に変更となる場合があります。

書道の日27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12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26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6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14日

- ・10時～12時半頃まで。
- ・予約が必要です。
- ・ギター、手芸、麻雀などを行います。
- ・28日は作詞・作曲の会のみ活動。

将棋倶楽部9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16日

- ・11時～12時
- ・予約が必要です。
- ・好きな音楽、お勤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。



3月になり、少しずつ春の兆しが見えてきました。3月は年度の切り替わりでもあり、多くの方が節目を迎える時期でもあります。大人になるとあまり実感する機会がありませんが、新年度となる4月からは気分も一層、新たな気持ちで迎えたいですね。また、この時期は寒暖差も多い時期なので身体に気をつけてお過ごしください。

自主活動のご案内



* オリオンマガジンミーティング *

日程／現在は活動を休止しています。

* 将棋倶楽部 *

日程／9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／16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 *

第2・4金曜日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 日程／14日(金)

当面の間ボランティアさん不在になります。

・ギターの会(音楽サークル)

日程／14日(金)、28日(金)

14日(金)はギターの練習をします。

14日はギターに合わせて歌を歌いたい方も参加できます！ギターが弾けなくても大丈夫です。

28日(金)は作詞・作曲の勉強や作詞作曲した曲を練習します。

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

～談話室の利用について～

- ★ 7日(金) WRAPで談話室を使用します。
- ★ 14日(金) 自主活動で談話室を使用します。
- ★ 15日(土) パソコン教室で談話室を使用します。
- ★ 28日(金) 自主活動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)談話室を予約制で楽器の練習等に使用できます。

◇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：3月26日(水)

14:00～ 地域生活支援センターオリオン

15:00～ ツーランプラン宮前

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。

バスハイク

箱根散策&彫刻の森美術館

芦の湖畔の元箱根周辺を散策した後、近くの箱根神社を参拝します。その後、彫刻の森美術館に移動します。

日時：3月13日(木)9:00～17:00

参加費：1,000円

(昼食代は各自でお願いします)

※手帳お持ちの方はご持参をお願いします。

集合場所：オリオンに9:00集合

※オリオンへの来所は9時以降でお願いします。

9:20 出発

申込開始：3月1日(金)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。

お知らせ

3月末をもって、オリオンの食事会を担当してくれていた酒井さんが退職します。

いつも栄養たっぷりの美味しい食事と元気なパワーをありがとうございました。長い間、本当にお疲れ様でした。



4月以降の昼食会について

調理担当の職員の退職に伴い、昼食会の開催方法につきましては4月予定表にて皆様へお伝えする予定です。皆様からも昼食会開催についてのアイディア・ご希望等ありましたら、スタッフまでお声掛け下さい。

☆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。
- ・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。
- ・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

