

3月予定表



| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|--|----------------------------|-----|----------------------------|--------------------------------|---------------------------------|------------------------------|
| | | | | 1 | 2 | 3 |
| パソコン教室が開催が 3月10日(土) となっています。 参加希望の方はお早目の申し込みをお願いします。 | | | | メニュー チキンときのこのシチュー | DVD鑑賞会 | メニュー 焼魚定食 |
| 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| メニュー ちらし寿司 | メニュー 明太子パスタ WRAP | 閉所日 | メニュー すき焼き丼 | メニュー 魚と野菜の天ぷら 語り合い会 | 自主活動の日 運動の日 | メニュー 豚肉のピカタ パソコン教室 |
| 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| メニュー アジの中華風焼き | メニュー 醤油ラーメン | 閉所日 | メニュー ビリ辛そばろびンバ | メニュー とろろご飯とサバ ゲームの日 | 料理の日 | メニュー 豚の生姜焼き |
| 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
| 臨時閉所 (法人研修のため) | メニュー 焼きそば WRAP | 閉所日 | 閉所日 (春分の日) | メニュー ビーンズカレー 書道の日 | イベント 浜離宮恩賜庭園 & 日テレタワー | メニュー サンドイッチ |
| 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |
| メニュー 鶏肉と野菜の筑前煮 | メニュー かき揚げうどん | 閉所日 | メニュー ブリ大根の煮物 茶話会 | メニュー 豚肉の味噌漬け焼き オリオン会 | オリマガ ミーティング | メニュー 煮魚定食 |

3月イベント

「浜離宮恩賜庭園 & 日テレタワー」

浜離宮恩賜庭園は都内唯一の海水の池があり、春の花も見頃です!!日テレタワーのゼロスタジオでは芸能人が見られるかも!!
 ※障がい者手帳をお持ちの方は持参してください。

開催日時：3月23日(金) 12:50～16:40(予定)
 集合：鷺沼駅正面改札前に12:50
 参加費：無料(帰りの交通費のみ自己負担)
 *新橋～表参道～鷺沼の交通費は412円(ICカード利用)
 申込期間：3月1日(木)～3月19日(月)まで
 *鷺沼駅到着は16:40頃を予定しています。
 *定員に限りがありますので、ご了承ください。

3月の食事会申込は、
 2月26日(月)9時～

3月のプログラム申込は、
 3月1日(木)9時30分～

パソコン教室10日

- ・14時～15時(1回目)
- ・15時～16時(2回目)
- ・申込【必要】各4名まで
- ・初心者から経験者まで、学びたいことと希望する時間をお伝えください。

※締切：3月3日(土)



DVD鑑賞会2日

- ・13時～終了まで
 - ・申込不要
 - ・上映作品は、決まり次第告知します。
- ※DVD鑑賞会は今月をもって終了致します。



運動の日9日

- ・14時～30分程
- ・申込不要
- ・今回は、ソフトダーツをします。

ゲームの日15日

- ・13時30分～15時
- ・申込不要
- ・カードゲーム・オセロ・将棋・麻雀などを楽しみましょう。

料理の日16日

- ・10時10分～
- ・申込【必要】
- ・参加費350円
- ・買い物から、調理や片づけをします。
- ※当日参加も可。

茶話会28日

- ・14時～15時
- ・申込不要
- ・お菓子を食べながら、のんびりお茶をしましょう。
- ・飲み物1杯無料

書道の日22日

- ・13時30分～60分
- ・申込必要6名まで
- ・先生は不在ですが、書道道具はオリオンにあります



オリオン会29日

- ・14時～15時
- ・申込不要
- ・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

食事サービス

- ☆昼食会☆：日水木土 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。
- *定員は、毎回20名までとさせていただきます。

3月の代表的な行事の一つに、「ひな祭り」があります。
ひな祭り由来は、2つの行事が結びついたという説があります。貴族階級の子女が遊ぶことで健康と厄除を願った「雛あそび」と、和紙で作った人形に災いを託して川や海に流す「流し雛」。
現在では、女の子の健やかな成長を祈る行事でしょうか。
オリオンでは、3月4日のメニューに「ちらし寿司」を予定しています。ぜひ、ご賞味ください。

～お知らせ～

- ★3月5日(月)と19日(月)の13:30～15:30は、WRAPのため談話室を使用します。
- ★3月9日(木)13:30～14:30は、語り合い会のため談話室を使用します。
- ★3月18日(日)は、法人研修のため終日閉所となります。
電話相談と夜間電話相談も休止しますので、ご了承ください。



メンバーからのお知らせ

語り合い会

日程/8日(木)13:30～14:30

日常生活で困っていること、悩みや病気について、率直な意見交換をしています。「〇〇な時どうしていますか？」等、重苦しくならないよう雑談形式で話しています。

オリオンで小冊子を出しませんか？

日程/30日(金)10:00～

皆さんの作品(詩、イラスト、写真など)を1冊の小さな本にまとめます。次号の発行に向けて、編集ミーティングを行いますので、ご興味のある方はぜひご参加ください。

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

・ギターの会(音楽サークル)

談話室を区切って演奏します。ボランティアさんもお交えて、一緒に音楽を奏でてみませんか。

・手芸の日

ボランティアさんと一緒に、編み物などを行います。お話ししながら手芸をしましょう♪

・麻雀の会・絵画の会

・ミニチュア(小さい模型)を作る会



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(月)

14:00～ オリオン

15:00～ 宮前ハンズ

WRAPのご案内

2月から8月までの全14回を予定して、WRAP定期クラスを開催しています。席に空きがあれば当日参加もできますので、関心のある方は職員までお声掛けください。ご参加、お待ちしております。

アピエ寄席開催のお知らせ

第14回アピエ寄席が、馬絹にある泉福寺にて開催されます。講談や落語、障がい当事者のお話を予定しています。チケット購入の方は、アピエ各施設の職員にお声掛けください。

日時 3月3日(土)14:00開始予定

場所 泉福寺三仏堂

木戸銭(入場料) 2,000円

*障がい当事者は、500円になります。



☆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。
- ・38度以上の高熱など、インフルエンザの症状が出ている時は、ご自分で判断せずに医師へ相談してください。また、感染を防ぐためにもオリオンの利用はご遠慮ください。
- ・車の出入りが多いため、敷地内での電話や立ち話をご遠慮ください。
- ・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

HP: <http://www.apie-miyamae.com/orion/index.htm>

