

# 6月予定表



日	月	火	水	木	金	土
		<b>今月の料理の日</b>			1	2
		6月15日の料理の日は、ホットプレートを使って『たこ焼き』をします。				メニュー チキンソテー
3 メニュー 焼き魚ととろろご飯	4 メニュー 冷やしうどん  WRAP	5 閉所日	6 メニュー オムライス	7 メニュー 豚のしょうが焼き	8 自主活動の日 運動の日	9 メニュー 煮魚定食
10 メニュー ピビンパ	11 メニュー 冷やし中華(ごま)	12 閉所日	13 メニュー 麻婆豆腐	14 メニュー シャケフライ(タルタルソース)	15 料理の日	16 メニュー ホットドッグ
17 メニュー 豆腐と豚肉のうま煮	18 メニュー ざるそば  WRAP	19 閉所日	20 メニュー シーフードカレー	21 メニュー 豚の角煮  ゲームの日	22 イベント 食べ放題&みなとみらい散策 終日閉所	23 メニュー 魚のホイル焼き  パソコン教室
24 メニュー 酢豚	25 メニュー ナポリタン  オリオン会	26 閉所日	27 メニュー 豆腐と豚肉のハンバーグ  茶話会	28 メニュー 魚のかば焼き  書道の日	29	30 メニュー 鶏のから揚げ

**食べ放題と、みなとみらい散策**  
 横浜赤レンガ倉庫にある、「フィッシャーマンズマーケット」の食べ放題に行きます。その後は、みなとみらいエリアを散策を予定しています。  
 お腹いっぱいになった後は、のんびり海辺で過ごしませう

日時：6月22日(金)10時20分～16時  
 集合：10時20分に鷺沼駅改札前  
 参加費：500円(交通費は、往復自己負担)  
 締切日：6月18日(月)【定員になり次第締切】  
 \* 鷺沼駅到着は、16時頃を予定しています。  
 \* 電話相談も含め、終日閉所します。

6月の食事会申込は、  
 5月31日(木)9時～

6月のプログラム申込は、  
 6月1日(金)9時30分～

パソコン教室23日

**運動の日8日**

- ・14時～20分程
- ・申込不要
- ・今月は、体操。オリオンで行う、簡単な体操です。少し、体を動かしてみましょう。

**ゲームの日21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15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。
- ※当日参加可。

**茶話会27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

- ・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。
- ・申込締切：6月16日(土)

**書道の日28日**

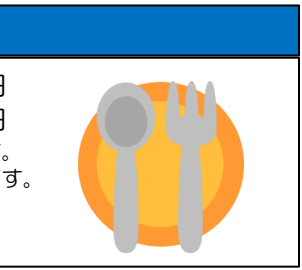
- ・13時30分～60分
- ・申込必要6名まで
- ・先生は不在ですが、書道道具はオリオンにあります。

**オリオン会20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。



# オリオンからのお知らせ

6月

2018年



早いもので、今年も半分を折り返そうとしています。  
6月は梅雨の時期ですが、関東地方では平年6月8日頃が梅雨入りのお様子。  
雨の日には、「集中力アップ、リラックス効果、写真写りが良くなる」といった、説もあるそうですよ。



## ～お知らせ～

- ★6月22日(金)はイベントのため、終日閉所します。  
夜間電話相談も休止します。ご不便おかけしますが、ご了承ください。
- ★6月4日(月)と18日(月)の13:30～15:30は、WRAPのため談話室を使用します。

## メンバーからのお知らせ

\*オリオンで小冊子を出しませんか?\*

## オリマガ6号、完成!

オリオンマガジン第6号は、5月30日の作業で完成となります。ご協力いただいた皆様、ありがとうございました。数に限りはありますが、配布もしています。

### \*メンバーの自主活動の日\*

日程/8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交えて、一緒に音楽を奏でてみませんか。

\*6月は、ボランティアさんお休みです。\*

#### ・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きます。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



## アピエ合同バスハイク、開催決定

毎年6月に開催していたアピエ合同バスハイクですが、今年は9月の開催となりました。行先などの詳細は、決まり次第にお知らせしていきます。

開催日 9月26日(水)



## 6月のイベント情報

食事は、横浜の赤レンガ倉庫3階にある『フィッシャーマンズマーケット』で食べ放題です。内容は以下(食べログより)。

### 【食べ放題内容】

シーフードを中心に新鮮な野菜やお肉も使った世界各国の料理に加え、握り寿司、サラダバー、デザートなど全65種類。

ポイル蟹は予算の都合で食べられませんが、ドリンクバー付きです。食後は運動も兼ねて、みなとみらいや山下公園にも行く予定です。

交通費：片道479円(IC使用時)  
(鷺沼～溝の口～自由が丘～馬車道)

## WRAPのご案内

8月まで開催しているWRAPの定期クラスですが、席に空きがあれば当日参加もできます。関心のある方は職員までお声掛けください。



## 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 6月20日(水)

14:00～ RUMAH・セシエン、セラ

15:00～ 宮前フレンズ

## ☆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>

