

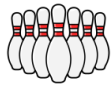
7月予定表



日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
メニュー ちらし寿司 	メニュー 冷やし中華(醤油) WRAP	閉所日	メニュー 魚と野菜の天丼 	メニュー ホイコーロー 		メニュー 魚の△ニエル
8	9	10	11	12	13	14
メニュー 豚肉丼 	メニュー 明太子パスタ 	閉所日	メニュー 餃子 	メニュー 炊込みご飯と煮魚 	自主活動の日 運動の日	メニュー 夏野菜カレー
15	16	17	18	19	20	21
メニュー 豆腐と豚肉のうま煮 	閉所日 (海の日)	閉所日	メニュー サバの竜田揚げ イベント ボウリング	メニュー 天津丼 ゲームの日	 料理の日	メニュー サンドウィッチ パソコン教室
22	23	24	25	26	27	28
メニュー マーボー春雨 	メニュー そうめん WRAP	閉所日	メニュー チキンカツ 茶話会	メニュー 白身魚の野菜あんかけ 書道の日		メニュー ゴーヤチャンプルー
29	30	31				
メニュー 焼魚ととろろご飯 	メニュー 冷しゃぶうどん オリオン会	閉所日				

ボウリング

7月はサギヌマボウルでボウリングです！
暑い夏ですが、室内で身体を動かして楽しみま
しょう♪



日 時：7月18日(水) 14時～16時
場 所：サギヌマボウル
参加費：500円(2ゲーム)
集合時間：13時45分
集合場所：オリオン
締切日：7月14日(土)【定員になり次第締切】

7月の食事会申込は、
6月29日(金)9時～

7月のプログラム申込は、
7月1日(日)9時30分～

パソコン教室21日

運動の日13日

- ・14時～30分程
- ・申込不要
- ・今月は、オリオン内でダーツをします♪動きやすい服装でいらしてください。

ゲームの日19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20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25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：7月14日(土)



書道の日26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30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。

夏の飲み物と言えば麦茶ですね。私達のかく汗には、水分だけでなくミネラルも含まれています。麦茶には、カリウムやリン、ナトリウムなどの失われがちなミネラルが含まれるため、失ったミネラルを補給できるのです。また、カフェインが含まれていないので寝る前に飲んでも安心です。こまめな水分補給と栄養補給で、熱中症などに気を付けて暑い夏を乗り切りましょう♪



～お知らせ～

★7月2日(月)と23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/13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。

・手芸の日

ボランティアさんと一緒に、編み物などを行っています。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



WRAP日程変更のご案内

8月のWRAP開催日は8月6日、20日の予定でしたが、**8月27日、9月3日に変更になります。**

空きがあれば当日参加も可能です。不明点があれば職員までお声掛けください。



アピエ合同バスハイク

アピエ合同バスハイクは、9月26日(水)の開催が決まっています。行き先決定までは最終段階に入っていると聞いていますので、7月中にはお知らせ出来るのではないかと思います。

申し込みは8月上旬を予定していますので、詳細は8月の予定表でお伝えします。



～食中毒に気を付けましょう～

梅雨から9月頃までは、高温多湿な状態が続くため、細菌による食中毒が多く発生します。

食事前には石鹸で手を洗い、清潔な食器を使うのも大事な予防法の一つだそうです。

～食中毒かな、と思ったら～

嘔吐や下痢の症状は、原因物質を排除しようという身体の防御反応です。市販の下痢止めなどの薬をむやみに服用しないようにして、早めに医師の診断を受けましょう。



☆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。

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 7月19日(木)

14:00～ オリオン

15:00～ 宮前ハンズ

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 フォンテーヌ又鷺沼1F

電話: 044(862)6267 FAX: 044(862)6268

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

