

8月予定表



日	月	火	水	木	金	土
			1 メニュー 鮭フライ (タルタルソース) 	2 メニュー 豚肉の冷しゃぶ風 	3	4 メニュー 焼き魚定食
5 メニュー ビーフカレー 	6 メニュー 冷やし中華(醤油) 	7 閉所日	8 メニュー いなり寿司 	9 メニュー ピリ辛サンマと トロロ定食 	10 自主活動の日 運動の日 	11 閉所日 (山の日)
12 メニュー マーボーナス 	13 メニュー 冷やしうどん 	14 閉所日	15 メニュー アジの南蛮漬け イベント カラオケ 	16 メニュー 親子丼 ゲームの日 	17 料理の日 	18 メニュー ハンバーガー パソコン教室
19 メニュー 豆腐と豚肉のうま煮 	20 メニュー 冷やし山菜そば 	21 閉所日	22 メニュー 和風チキンロール 茶話会 	23 メニュー 鮭の西京焼き 書道の日 	24	25 メニュー エビチリ
26 メニュー 炊き込みご飯と唐揚げ 	27 メニュー 和風キノコパスタ WRAP 	28 閉所日	29 メニュー サバ味噌煮 	30 メニュー トンカツと豚汁 オリオン会 	31	

カラオケ

8月はコートダジュール鷺沼でカラオケです!! 歌うもよし! 聞くもよし! 皆さんで楽しい時間を過ごしましょう♪



日 時: 8月15日(水) 14時～16時
 場 所: コートダジュール鷺沼
 参加費: 600円(ドリンクバー付)
 集合時間: 13時45分にオリオン
 14時にコートダジュール鷺沼
 締切日: 8月13日(月)【定員になり次第締切】

8月の食事会申込は、
7月30日(月)9時～

8月のプログラム申込は、
8月1日(水)9時30分～

パソコン教室18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。
- ・申込締切: 8月12日(日)



運動の日10日

- ・14時～15分程度
- ・申込不要
- ・今月は、オリオン内で体操をします。動きやすい服装でいらしてください。

ゲームの日16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17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22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23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。





熱中症 予防

7月～8月の最高気温が高くなった日に熱中症の数が増加しています。水分補給と暑さ対策を忘れずにしましょう！ミネラルを含んだ麦茶などで水分補給、十分な休息、冷たいタオル等による体の冷却、扇風機やエアコンを使った温度調整、室温の確認。また日傘や帽子の着用、日陰の利用や通気性が良く吸湿・速乾性のある衣服の着用すると効果があるそうです。

～お知らせ～

- ★8月10日(金)の手芸の日はボランティアさんは不在となります。
- ★8月27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？

オリオンマガジン第6号が完成しました！作品を投稿して下さった方、編集委員の皆様、ご協力ありがとうございます。完成したオリオンマガジンは、オリオン入口付近のパンフレットコーナーに置いてあります。どうぞお手にとってご覧ください。♪

メンバーの自主活動の日

日程/10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 ※8月はボランティアさん不在です。

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

今年のアピエ合同バスハイクは、山中湖畔にある『クラフトの里ダラスヴィレッジ』でBBQです。皆さんと楽しい時間を過ごしましょう♪

天気が良ければ、食事前に『花の都公園』での散策も予定しています。



開催日：9月26日(水)

集合場所：宮前平駅改札前に8時50分

場所：クラフトの里ダラスヴィレッジ

参加費：1,000円

募集期間：8月6日(月)～8月31日(金)

詳細は、各施設にお問い合わせください。

※定員になり次第、締め切りとなります。

※宮前平駅への帰着は、16時30分予定です。

～食中毒に気を付けましょう～

9月頃までは高温多湿な状態が続き、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。

嘔吐や下痢の症状が出た時は、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。

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。

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24日(金)**

14:00～ RUMAH・りおん

15:00～ トゥーランプラン宮前

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>