



# 10月予定表

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	<b>メニュー</b> ナポリタン スパゲッティ 	<b>閉所日</b>	<b>メニュー</b> ブリの照り焼き 	<b>メニュー</b> ビーンズカレー 	10時～ オリオンマガジン ミーティング 	<b>昼食会お休み</b> 
7	8	9	10	11	12	13
<b>メニュー</b> 松茸ご飯と サバの塩焼き 	<b>閉所日</b> (体育の日)	<b>閉所日</b>	<b>メニュー</b> エビと魚の フライ <small>14時～16時鷺沼で 街頭募金します!</small>	<b>メニュー</b> ナスのひき肉 挟み焼き 	<b>自主活動の日</b>  <b>運動の日</b> (15時から卓球)	<b>メニュー</b> 魚のホイル焼き 
14	15	16	17	18	19	20
<b>メニュー</b> 酢豚 	<b>メニュー</b> 皿うどん 	<b>閉所日</b>	<b>メニュー</b> 親子丼 	<b>メニュー</b> 鮭のムニエル タルタルソース  <b>ゲームの日</b>	 <b>料理の日</b>	<b>メニュー</b> 豚肉のピカタ  <b>パソコン教室</b>
21	22	23	24	25	26	27
<b>メニュー</b> 焼き魚定食 	<b>メニュー</b> ジャージャー麺 	<b>閉所日</b>	<b>メニュー</b> 牛すき焼き丼  <b>茶話会</b>	<b>メニュー</b> ピリ辛秋刀魚と トロご飯  <b>書道の日</b>	<b>イベント</b> <b>オービィ横浜へ 行こう!</b>	<b>メニュー</b> ロールパンと クリームシチュー 
28	29	30	31	<b>食事会休止のお知らせ</b> 10月6日(土)の昼食会は、お休みで す。通常通りに開所はしていますので、 10時～17時のご利用いただけます。		
<b>メニュー</b> 三色丼 	<b>メニュー</b> 焼きそば 	<b>閉所日</b>	<b>ハロウィンメニュー</b> かぼちゃコロック  <b>オリオン会</b>			

## イベント「オービィ横浜へ行こう！」

セガが企画開発する大自然や動物たちの世界を五感で楽しむエンタテインメント体験です。非日常のネイチャー体験がオービィの特徴です。

日時：10月26日(金)

場所：オービィ横浜(みなとみらい)

参加費：無料 交通費は自己負担(IC片道479円)

集合時間：12時20分(帰着16時30分予定)

集合場所：鷺沼駅改札前

※当日午後は閉所となります。相談電話も休止します。



10月の食事会申込は、  
9月28日(金)9時～

10月のプログラム申込は、  
10月1日(月)9時30分～

パソコン教室20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10月13日(土)



<b>運動の日12日</b>	<b>ゲームの日18日</b>	<b>料理の日19日</b>	<b>茶話会24日</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>・15時～16時</li> <li>・申込【必要】</li> <li>・今月は、フロントウンで卓球です。</li> <li>持ち物：動きやすい服装と室内履き</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・13時30分～15時</li> <li>・申込不要</li> <li>・カードゲーム・オセロ・将棋・麻雀などを楽しみましょう。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・10時10分～</li> <li>・申込【必要】</li> <li>・参加費350円</li> <li>・買い物から、調理や片づけをします。</li> <li>※当日参加可。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・14時～15時</li> <li>・申込不要</li> <li>・お菓子を食べながら、のんびりお茶をしましょう。</li> </ul>
<b>書道の日25日</b>	<b>オリオン会31日</b>	<b>食事サービス</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・13時30分～60分</li> <li>・申込必要6名まで</li> <li>・先生は不在ですが、書道道具はオリオンにあります。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・14時～15時</li> <li>・申込不要</li> <li>・オリオンのことについて、一緒に話しましょう。</li> <li>・飲み物1杯無料</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>☆昼食会☆：日水木土 1食350円</li> <li>☆麺の日☆：月 1食200円</li> <li>* 食事開始時間は12時30分頃を予定しています。</li> <li>* 申し込みとキャンセルは、当日9時30分までです。</li> <li>* 都合により、食材が変更になる場合もあります。</li> <li>* 定員は、毎回20名までとさせていただきます。</li> </ul>	



# オリオンからのお知らせ



2018年

気持ちの良い秋風が吹き渡るようになりました。10月といえば、第2月曜日が**体育の日**で、国民の祝日ですが1964年に開催された東京オリンピックが由来となっています。  
『スポーツに親しみ、健康な心身を培う』事を目的に制定された体育の日。無理のない範囲で少し身体を動かしてみるのも良いですね。



## ～お知らせ～

- ★10月6日（土）の昼食会は、お休みとさせていただきます。  
通常通り開所していますので、来所や電話相談等にご利用いただけます。
- ★10月12日（金）10時～12時頃まで、自主活動の日で談話室を使用します。
- ★10月26日（金）は、イベントのため12時で閉所となります。

## 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？\*

10月5日（金）10：00～オリマガミーティングを予定しています。この日にNo.6の読み合わせ会も行います。感想などお話ししましょう。「皆さんの作品（詩、小説、イラスト、写真など）を1冊の小さな本にまとめます。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/12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



## 共同募金の街頭募金のお知らせ

開催日時：10月10日（水）14～16時  
開催場所：鷺沼駅（田園都市線の改札前辺り）  
参加希望の方は職員までお声かけ下さい。  
当日参加も大歓迎です！  
途中参加、途中での帰宅もOKです。



## 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 10月23日（火）

14：00～ RUMAH・セシエン、セラ  
15：00～ 宮前フレンズ

## 卓球交流会参加者募集

11月14日（水）に、川崎市総合リハビリテーションセンターにおいて川崎市精神障害者卓球交流会が開催されます。

そこで、参加したい方募集します！締め切り10月3日（水）です。参加希望の方は職員までお声かけください。

尚、募集人数に満たない場合は、参加を見合わせます。ご了承ください。

## 11月のイベント予告

### オリオンのバスハイク 「みかん狩り」

11月26日（月）に、福祉バスを借りて小田原方面へ行きます。みかん狩りを予定していて、そのままお土産にできます。

食事は小田原周辺のフードコートを予定していますが、海鮮丼もあるようです。関心のある方は、予定しておいてください。



開催日：11月26日（月）

集 合：宮前平駅に9時

参加費：無料（食事代は、自己負担となります）

## ☆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。
- ・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

