


4月予定表

土
1
メニュー 麻婆春雨 

日	月	火	水	木	金	土
2	3	4	5	6	7	8
	メニュー 焼きそば 	閉所日	メニュー 和風ハンバーグ 	メニュー ぶり大根 		メニュー 鶏のから揚げ 
9	10	11	12	13	14	15
 将棋倶楽部	メニュー ナスの ミートソースパスタ 	閉所日	メニュー 豚の生姜焼き 	メニュー 鮭のムニエル (タルタルソース) 	自主活動の日 運動の日 	メニュー ドックパンサンド  パソコン教室
16	17	18	19	20	21	22
	メニュー 焼うどん 	閉所日	メニュー 天津丼  オリオン会	☆イベント☆ 東高根森林公園へ お弁当持っていこう 11時閉所		メニュー 肉豆腐 
23	24	25	26	27	28	29
	メニュー 冷やし中華 (しょうゆ) 	閉所日	メニュー ピリ辛サンマと トロロ  茶話会	メニュー 春巻き  書道の日	自主活動の日 (作詞作曲の会) 	閉所日 (昭和の日)
30	<div data-bbox="343 1064 1444 1243" data-label="Text"> <p>【マスクの着用について】 オリオンは色々な方が利用される福祉施設のため、 今後も引き続き、施設内ではマスクの着用をお願い致します。</p>  </div>					

★新型コロナウイルス感染症予防のため、以下の対応をお願いしています★

- ①検温・手指消毒・マスク着用をお願いします。
- ②3つの密を避けて下さい。
 - ・間近での会話を避ける。
 - ・他の人との間隔を保つ。
 - ・こまめな換気と消毒を行っています。



- ・昼食会の時間帯（12:30～13:30）の昼食会参加される方以外の利用は出来るだけお控え下さい。
- ・持参の食事をされる場合は職員へお声掛け下さい。
- ・昼食会の時間帯に持参した食事をする場合、召し上がる時間をずらして頂く場合があります。ご協力お願い致します。

4月の食事会申込は、
3月24日（金）9時～

4月のプログラム申込は、
4月1日（土）9時30分～

パソコン教室 15日

- ・14時～15時(1回目)
- ・15時～16時(2回目)
- ・申込【必要】各3名まで。
- ・申し込み締め切り
4/7(金)
- ・学びたいことと希望する時間を申し込み時にお伝えください。
- ・申込多数の場合はキャンセル待ちとなります。

運動の日 14日

- ・14時～30分ほど
- ・予約が必要です。
- ・今月は近くの公園で軽めの運動をします。



書道の日 27日

- ・13時30分～(1回目)
- ・14時15分～(2回目)
- ・予約が必要です。(各3名まで)
- ・書道道具はオリオンにあります。



オリオン会 19日

- ・14時～15時
- ・予約が必要です。
- ・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



茶話会 26日

- ・14時～15時
- ・予約が必要です。
- ・のんびりお茶を飲みながらお話ししましょう。
- ・飲み物1杯無料



ゲームの日

5月から
再開予定です！



自主活動の日 14日
(ギター14・28日)

- ・10時～12時半で適宜活動。
- ・予約が必要です。
- ・ギターの会と手芸の会を開催しています。

将棋倶楽部 9日

- ・14時～15時
- ・予約が必要です。
- ・集まった方たちで将棋をします。初心者も大歓迎です。



食事サービス

- ☆昼食会☆：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。
- * 4月の定員は12名、お1人月5回予約申込可能です。

春の日差しを感じる季節となりました。4月は気候をはじめ、寒暖差や様々な変化の時期で自律神経も乱れがちになります。そのような状態を整えるには「起きる時間」「寝る時間」「朝昼夕の食事の時間」の生活リズムを整えることが大事だそうです☆

～お知らせ～

- ★昼食会の定員が4月から10名から12名に変更になります。
- ★14日(金)28日(金)は自主活動(ギターの会、作詞・作曲の会)で談話室を使用します。
28日(金)は自主活動「作詞・作曲の会」のプログラムが月1回始まります!
- ★15日(土)はパソコン教室で談話室を使用します。
- ★20日(木)はイベントの為、11時から閉所になります。雨天時、イベント中止の際には通常開所となります。



自主活動のご案内

オリオンマガジンミーティング

9号は完成しました。現在、希望者に配布していますので欲しい方は職員にお声がけください。

メンバーの自主活動の日

日程/14日(金)

10:00~12:30で適宜活動

参加は予約制です。事前の申し込みをお願いします。

・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ます。

・ギターの会(音楽サークル)

14日(金)28日(金)

14日は通常通りのギターの練習、28日は作詞・作曲やクリスマス会に向けての練習等を行います。

定員:5名(6名以上の場合は入替制)

・麻雀の会(当面の間お休み)

・絵画の会

・ミニチュア(小さい模型)を作る会

将棋倶楽部

日程/9日(日)14:00~15:00

集まった方たちで将棋をします。初心者も大歓迎です。

※密を避けるため、申し込み多数の場合、キャンセル待ちになります。



東高根森林公園に お弁当持って行こう!

オリオンで作ったお弁当(おにぎり&唐揚げ等)を持って、新緑を感じながら散歩に出かけましょう♪

日時:4月20日(木)11:00~15:30

定員:15名 参加費:300円

交通費:0円(オリオンで負担します)

※バスで移動する為、フリーパスをお持ちの方はご持参下さい。

集合場所:11:00にオリオンまたは11:25宮前平駅

【主な行程】

11:36発 宮前平発市営バス乗車

12:00頃 森林公園前到着

~自由散策~

14:36発 森林公園前発市営バス乗車

15:00頃 宮前平駅到着、解散

申し込み開始:4月1日(土)9:00~

定員になり次第、キャンセル待ちになります。

※当日は、11時から閉所となり、相談電話もご利用頂けませんのでご了承ください。

※雨天時は中止となり、開所は通常通り(10時~20時)になり、オリオン内でお弁当を食べます。



◇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:4月13日(木)

14:00~RUMAH・りおん(入居者に限ります)

15:00~トゥーランプラン宮前

ご利用の際は事前予約をお願いします。相談者数に応じて相談時間は調整させていただきます。ご了承ください。

☆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お遠慮ください。
- ・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ぬので、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:<https://www.apie-miyamae.com/orion>

