

11月予定表



日	月	火	水	木	金	土
<p>★毎週金曜日の11:00～11:20頃、有馬にある「はたけベーカリー」がオリオンまで出張販売に来ます。おいしいパンを用意しておりますので、良かったらお立ち寄りください。</p>					1 WRAP 10:30～12:00 	2 メニュー ブリ大根
					3 閉所日 (文化の日)	4 閉所日 (振替休日)
10 将棋倶楽部	11 メニュー 醤油ラーメン 	12 閉所日	13 メニュー チーズハンバーグ 	14 ★イベント★ 芋ほり 午前閉所 開所は13時～17時	15	16 メニュー 焼き魚定食
17 音楽鑑賞会	18 メニュー ナポリタン 	19 閉所日	20 オリオン会 苦情相談	21 ゲームの日	22 自主活動の日 (作詞作曲の会) 	23 閉所日 (勤労感謝の日)
24	25 メニュー ほうとう 	26 閉所日	27 メニュー さつまいもご飯& 魚(サハ) 茶話会	28 書道の日	29	30 メニュー ポトフ パソコン教室

★昼食会の予約について★
予約回数は4回です。また予約回数を申し込んだ方でも、前日(閉所日除く)9時からキャンセル待ち(空きがあれば予約)が可能です。電話または来所時にご予約下さい。

ラップ語り合い会～WRAP de talk
令和6年11月～令和7年4月の期間中に月1回の開催で合計5回の開催を予定しております。詳細は職員までお問い合わせください。

11月の食事会申込は、
10月25日(金)9時～

11月のプログラム申込は、
11月1日(金)9時30分～

パソコン教室30日
・14時～15時(1回目)
・15時～16時(2回目)
・申込【必要】各3名まで。
・申込締め切り11/22(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8日
・14時～30分ほど
・予約が必要です。
・今月はWii(TVゲーム)で運動します。動きやすい服装で参加してください。

書道の日28日
・13時30分～(1回目)
14時15分～(2回目)
・予約が必要です。
(各回4名まで)
・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
・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27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

食事サービス
☆昼食会：水・土1食350円
☆麺の日：月1食200円
*開始時間は12:30頃です。
*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。
*11月は定員は14名、お1人月4回予約申込可能です。

ゲームの日21日
・14時～15時
・予約が必要です。
・今月はUNOと麻雀をします。皆さんと一緒に楽しみましょう!!

自主活動の日8日
(ギター・22日)
・10時～12時半で適宜活動。
・予約が必要です。

将棋倶楽部10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。

音楽鑑賞会17日
・11時～12時
・予約が必要です。
・好きな音楽、お好みの音楽を持ち寄って鑑賞します。音源がなくても参加可能です。

秋が深まるこの季節、秋と言えば皆さんは何を思い浮かべますか？ひとつに柿があります。柿には豊富な栄養素が病気を遠ざけてくれることから、「柿が赤くなると、医者が青くなる」と言われ古くから重宝されてきました。柿には老化予防や美肌効果も期待でき、血圧を下げるタンニンや便通を整える食物繊維なども豊富だそうです。旬の食材を積極的に摂り入れるのはいかがでしょうか。

自主活動のご案内

* オリオンマガジンミーティング *

日程／現在は活動を休止しています。



* 将棋倶楽部 *

日程／10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。

* 音楽鑑賞会 *

日程／17日(日) 11:00～12:00

好きな音楽を持ち寄って鑑賞します。音源がなくても参加可能です。※申し込み多数の場合、キャンセル待ちになります。

* メンバーの自主活動の日 *

第2・4金曜日 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 日程／8日(金)

・ギターの会(音楽サークル)



日程／8日(金)、22日(金)

8日は通常通りのギターの練習、22日は作詞・作曲の勉強をします。定員:5名(6名以上の場合は入替制)

その他 ・麻雀の会 ・絵画の会

・ミニチュア(小さい模型)を作る会



11月イベント「芋ほり」

秋の味覚である「芋ほり」を横浜市都筑区にある、都筑ハーベストで行います。昨年は雨天中止となりましたが、今年は晴天のなか実施したいものです。さつまいもは持ち帰りできます。

日時：11月14日(木) 10:00～12:00頃

参加費：500円

集合：オリオン



オリオンへの来所は9:50以降でお願いします。

申込：11月1日(金) 9:30～

定員：10名 定員になり次第キャンセル待ち

現地まで車でいきます。雨天は中止となります。

※長靴を持っている方はご持参してください。

※午前中は閉所となり13時から17時までの開所。

※17時からは夜間電話で相談を受け付けます。

※雨天中止の場合も17時閉所となります。

「パステルアート」やってみませんか

日時：11月7日(木) 14:00～15:00

参加費：無料 定員：5名

場所：オリオン談話室

誰にでも簡単に楽しみ、絵心なくても大丈夫！
自信はないけど、絵を描いてみたいな…という方は是非、どうぞ！心のままに自由に表現することができます。心がスッキリします。

画材はこちらで準備します。

～談話室の利用について～

★1日(金)

WRAPで談話室を使用します。

★8日(金)、22日(金)

自主活動で談話室を使用します。

★16日(土)

パソコン教室で談話室を使用します。

★毎週日曜日の午前中(音楽鑑賞会の時は10:45まで)

談話室を予約制で楽器の練習等に使用できます。

☆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。

・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。

・その他ご不明な点があれば、お問い合わせください。

★12月のイベント予告★

今年も「クリスマス会」を開催します。日程は12月25日(水)、26日(木)の2日間に分けて実施します。豪華な食事にパフォーマンスやゲームなどを予定しております。

11月29日(金) 9:30～パフォーマーを募集します。ビデオでの発表も可能です。詳細はオリオンスタッフまでお問い合わせください。

※クリスマス会の参加申し込みとは別になりますので、お気を付けてください。

◇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：11月20日(水)

14:00～ 地域生活支援センターオリオン

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、相談時間は調整させていただきます。ご了承ください。

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

