

# 戸塚区生活支援センター

社会福祉法人 聖ヒルダ会 戸塚区矢部町1259-1

## 2024年11月号

【開館日】月曜日～金曜日 9:00～20:00 / 土曜日 9:00～17:00 【休館日】日曜日・年末年始(12/29～1/3)  
【フリースペース利用時間】月曜日～金曜日 10:00～19:00 / 土曜日 10:00～16:00  
【相談電話時間】月曜日～金曜日 12:00～19:00 / 土曜日 10:00～17:00 相談専用TEL 045-350-5291  
◎予定は変更になる場合があります。※内容等についての問い合わせは、TEL 045-350-5292  
FAX 045-390-0850

### お知らせ

#### 【外出プログラム】

##### 《YUMEGAOKA SORATOS

ランチ&ショッピングを楽しむ!》

◎新しくゆめが丘にできたショッピングモール、ソラトスで買い物(見学)・フードコートで食事します。

《日時》11月15日(金) 11:00

地下鉄戸塚駅改札口前集合

14:00前後に現地解散の予定です。

《定員》8名 (\*センターの利用登録が必要です。)

《持ち物》食事代(1000円～)

買い物したい方はその費用

特別乗車券(所持していない場合は交通費)

《申込み》11月1日(金) 9:00～

11月12日(火)まで受付けます。

☆ふるってご参加を!!

#### 【フラワーアレンジメント】

☆講師の方をお招きします。

◎フラワーアレンジメントを体験してみましよう。

◎今回はクリスマスをイメージしたアレンジメントになります。

《日時》11月27日(水) 13:30～15:30

《定員》6名

《参加費》300円(当日徴収)

《申し込み》11月1日(金) 9:00～  
定員になり次第終了



### プログラム

#### ◎クリーン活動◎

第1火曜日、第3火曜日 11/5(火)、11/19(火) 14:00～

センター周辺、配郷公園の簡単な清掃を行います。

※自由参加です。雨天・荒天時は中止です。



#### ◎絵&なぞりがきのじかん◎

第2金曜日 11/8(金) 14:00～15:00

塗り絵や絵描き、なぞりがき等を各自で行います。※自由参加です。



#### ◎音楽のじかん◎

第2土曜日 11/9(土) 13:30～14:30

皆でゆったりと音楽鑑賞をします。他の人に聴いてもらいたい曲を持ってきてください。

聴くだけの参加もOKです。※自由参加です。



#### ◎お話しのじかん◎

第1月曜日 11/4(月) 14:00～15:00

簡単なヨガをして、リフレッシュしませんか?動きやすい格好での参加をお願いします。

※当日、席の移動をお願いする場合があります。ご了承ください。

※自由参加です。



# 11月のプログラム&メニュー

- メニューは、変更になることがあります。ご了承ください。
- 食事提供を先着8名様(昼食時10名)とさせていただきます。
- 夕食(火木) 18:00～ 1食400円 申込みは、前日9:00から当日15:00までにご連絡ください。
- 昼食(土) 12:00～ 1食300円 申込みは、前日9:00から当日11:00までにご連絡ください。
- 申込時間を過ぎてからのキャンセルは、食事代全額をいただきます。
- 悪天候(大雨・落雷・台風・竜巻・大雪など)の場合や、センターの都合により、当日食事サービスを中止にする場合がありますので、ご了承ください。



日	月	火	水	木	金 1	土 2
						<昼食> 麻婆茄子
3	4	5	6	7	8	9
休館日	お話のじかん 14:00～15:00	クリーン活動 14:00～			絵&なぞりがき 14:00～15:00	音楽のじかん 13:30～14:30
		<夕食> 煮込み ハンバーグ		<夕食> 鶏の照り焼き		<昼食> チキンライス
10	11	12	13	14	15	16
休館日					外出プログラム 11:00～	
		<夕食> 南瓜コロッケ		<夕食> とんかつ		<昼食> 五目チャーハン
17	18	19	20	21	22	23
休館日		クリーン活動 14:00～				
		<夕食> 親子煮		<夕食> かじきの 竜田揚げ		<昼食> ソース焼きそば
24	25	26	27	28	29	30
休館日			フラワー アレンジメント 13:30～15:30			
		<夕食> 回鍋肉		<夕食> 豚肉の柳川風		<昼食> ハヤシライス

みなさまに安心してお過ごしいただけるように、  
新型コロナウイルス感染拡大防止のための取組みを継続しております。  
ご理解ご協力の程よろしくお願いたします。

