

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

2026年3月号



[開館日・時間]

月～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) ※祝日は開館しています。

[フリースペース利用時間]

月～金曜日： 10:00～19:00 / 土曜日： 10:00～16:00

[電話相談時間]

月～金曜日： 12:00～19:00 / 土曜日： 10:00～17:00



相談専用電話 045-350-5291

代表電話 045-350-5292

Fax 045-390-0850

※予定は変更になる場合があります。お問い合わせは…

お知らせ

◎ひな祭りバイオリンコンサート

日時：3月2日(月)14:00～15:10

バイオリン奏者 高橋保夫氏を迎え、事前のリクエストにもお応えした演奏会です。

聞き覚えのあるクラシック、Jポップを楽しんで、合唱できる曲では歌いたい方、一緒に歌いましょう！！

40分程度のコンサートで、その後、茶話会をいたします。自由参加です。



プログラム

◎クリーン活動◎

第1・第3火曜日 3/3(火) 3/17(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。

◎音楽のじかん◎

第2土曜日 3/14(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。

◎月別プログラム◎

3/10(火) 14:00～15:00

今月は、待望の「春」が来る季節ということで、春にまつわるトークタイムをお茶でも飲みながらしたいと思います。卒業・出会い・いい気分、何でもいので、みんなで話し合っ共感しあいましょう。聞いているだけでもOK 自由参加です。



【認定専門公認心理師による相談】

ご希望の方は事前予約をお願い致します。

◎日時:3月21日(土)

①14:00～②15:00～

◎対象者:当事者の方・そのご家族の方

◎申込:初めての相談の方の申込期間

3月2日(月)～6日(金)

◎申込:2回目以降の方の申込期間

3月7日(土)～

◎先着2名または2組様

お花見2026

☆柏尾川沿いの夜桜を見物します。

・日時:3月26日(木)

・集合:戸塚駅橋上改札前16:30

・申込:3月16日(月)

～当日15:00まで 定員なし

・参加費不要(弁当は各自)

・有志の方はお弁当を用意してください。

・フレンズ戸塚で他の参加者と合流して夜桜

見物へ出発します。18時前後にフレンズ

戸塚に戻り、お弁当をみんなで食べながら

交流したいと思います。雨天時はフレンズ

戸塚で交流会です。

解散は19:00頃の予定です。



3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。
 ○食事提供は先着、夕食8名様・昼食10名様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400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	土
1	2	3	4	5	6	7
休館日	ひなまつりパイオリンコンサート 14:00~15:10	クリーン活動 14:00~ <夕食> ちらし寿司		<夕食> えびフライ		<昼食> 五目 チャーハン
8	9	10	11	12	13	14
休館日		月別プログラム 14:00~15:00 <夕食> 豚肉の柳川風		<夕食> 春巻き		音楽のじかん 13:30~14:30 <昼食> 鶏肉の クリーム煮
15	16	17	18	19	20	21
休館日		クリーン活動 14:00~ <夕食> 赤魚の煮つけ		<夕食> 豚肉の 生姜焼き		公認心理師相談 ①14:00~ ②15:00~ <昼食> お好み焼き
22	23	24	25	26	27	28
休館日		<夕食> はんぺん フライ		お花見 16:30~19:00頃 <夕食> 洋風トマト 肉じゃが		<昼食> 高菜 チャーハン
29	30	31				
休館日		<夕食> 豚肉のチン ジャオロース				