

# 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  
TEL045-350-5291

## 2017年7月号

【開館時間・休館日】

火曜日から金曜日11:00から19:00 / 土曜日11:00から16:00 休館日 日曜日・月曜日

# 7月

◎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

日	月	火	水	木	金	土	
						1	
休館日	休館日	今月の夕食サービスはスタミナ食月間です					<昼食> ドライカレー
2	3	4	5	6	7	8	
休館日	休館日	クリーン活動 16:00~	なぞりがき 14:00~15:00		外出プログラム 14:00~17:00	音楽のじかん 13:30~	
		<夕食> ビビンバ		<夕食> トンカツ		<昼食> パスタ	
9	10	11	12	13	14	15	
休館日	休館日		絵のじかん 14:00~15:00				
		<夕食> スタミナ丼		<夕食> 天ぷら		<昼食> 麻婆丼	
16	17	18	19	20	21	22	
休館日	休館日	クリーン活動 16:00~	パステルアート 14:00~15:30	戸塚メンズ クラブ 12:00~16:00	うえるかむ フリースペース		
		<夕食> エビチリ		<夕食> ポークソテー	13:30~15:30	<昼食> あんかけ焼きそば	
23	24	25	26	27	28	29	
休館日	休館日				料理のじかん 15:30~18:00		
		<夕食> うなぎの ひつまぶし風		<夕食> 唐揚げ		<昼食> 冷し中華	

○メニューは、変更になることがあります。ご了承ください。

○夕食(火木) 18:00~ 1食400円 申込みは、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、当日12:00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。

# 7月のプログラムのお知らせ

## ♪ お知らせ ♪

窓のうえるかむフリースペース(毎月第3金曜日)

7月21日(金) 13:30~15:30

### 「音楽鑑賞会」

みんなで楽しく音楽を聴きましょう。※自由参加です。  
好きなCDをお持ちください

## ♪ プログラム ♪

### ♪ クリーン活動

第1火曜日、第3火曜日

7/4(火)、7/18(火) 16:00~

センター周辺の道路、配郷公園の簡単な掃除を行います。  
※自由参加です。

7月から時間が変更になります

### ♪ 絵のじかん 第2水曜日

7/12(水) 14:00~15:00

会話をしながら楽しく絵を描いたり、ぬりえをしましょう。  
※自由参加です

### ♪ なぞりがき

第1水曜日 7/5(水) 14:00~15:00

静かに文字を書くプログラムです。

なぞりがきをきっかけに、写経や古典作品(竹取物語や百人一首など)にふれてみませんか。

※自由参加です。

### ♪ パステルアート 第3水曜日 ★先着6名まで

7/19(水) 14:00~15:30

テーマ:「シェル(貝殻)」 参加費:無料

~グラデーションの表現に挑戦~

インストラクターをお迎えして、パステルアートを楽しみましょう! 詳しくはセンターまで!

### ♪ 料理のじかん

#### 『冷やし中華』

第4金曜日 7/28(金) 15:30~18:00

参加費は300円です。

※締め切りは26日(水)までです。

事前申し込みをお願いします。

### ♪ 戸塚メンズクラブ

#### 『横浜歴史博物館、見学』

第3木曜日7/20(木) 12:00~16:00

地下鉄戸塚駅改札口12:00集合

今回は歴史に親しもう!! ということで地下鉄センター北駅にある横浜歴史博物館に見学に行きます。手帳持参で入館料が無料になるのでお持ちの方は手帳をご持参してください。昼食を食べてから集合してください。

7/18(火) 17:00までに2名以上の申込みがない場合は中止とします。

### ♪ 外出プログラム

「七夕なのでプラネタリウムに行こう」

藤沢市湘南台文化センター プラネタリウム

プログラム内容:一等星の素顔

7/7(金) 14:00~17:00

14:00地下鉄戸塚駅改札口集合

14:00地下鉄戸塚駅集合→湘南台駅下車→湘南台駅周辺でお茶→15:50藤沢市湘南台文化センタープラネタリウム見学(上映時間は50分)16:40終了予定→地下鉄湘南台駅→戸塚駅解散

参加費・お茶代(500円~くらい) 入場料(800円)

※手帳をお持ちの方は入場料が無料になるのでご持参ください。

※事前申し込みをお願いします。締め切りは、7/6(木)までとなります。

### ♪ 音楽のじかん

第2土曜日 7/8(土) 13:30~14:30

皆でゆったりと音楽鑑賞をします。他の人に聴かせたい曲(CD、MD)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。