

# 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9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

# 9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
休館日	休館日				1	2
						<昼食> 五目寿司
3	4	5	6	7	8	9
休館日	休館日	クリーン活動 16:00~	なぞりがき 14:00~15:00			音楽のじかん 13:30~14:30
		<夕食> ブリ大根		<夕食> デミグラスソース のハンバーグ		<昼食> パスタ (ミートソース)
10	11	12	13	14	15	16
休館日	休館日		絵のじかん 14:00~15:00		うえるかむ フリースペース	
		<夕食> 魚の煮つけ		<夕食> 餃子	13:30~15:30	<昼食> 冷やし中華
17	18	19	20	21	22	23
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 12:00~13:00	料理のじかん 15:30~18:00	
		<夕食> 炊き込みご飯		<夕食> チンジャオロース		<昼食> カレーライス
24	25	26	27	28	29	30
休館日	休館日					
		<夕食> 豚肉のロール巻		<夕食> 唐揚げ		<昼食> 中華丼

○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。



# 9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)

9月15日(金) 13:30~15:30

「精神保健福祉の情報いろいろ」

関係団体から情報提供

ボランティアの方と一緒に話ししながら、  
ゆっくり過ごす時間です。

※自由参加です。

## ♪プログラム♪



### ♪クリーン活動

第1火曜日、第3火曜日

9/5(火)、9/19(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した

### ♪なぞりがき

第1水曜日 9/6(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。

### ♪料理のじかん

#### 『タコライス』

第4金曜日 9/22(金) 15:30~18:00

参加費は300円です。

※21日(木)までに申し込みをお願いします。

### ♪戸塚メンズクラブ

『センタースタッフ: ?氏が選ぶ戸塚のラーメン屋に行こう!!』

第3木曜日9/21(木)12:00~13:00

JR戸塚駅2階改札口前12:00集合

今回は、グルメで知られるスタッフ?氏の選んだ戸塚のおすすめ  
ラーメン屋さんいき食事します。食事代は実費がかかります。

(1000円程度)乞うご期待!!

9/19(火)17:00までに2名以上の申込みがない場合は中止です。

### ♪絵のじかん 第2水曜日

9/13(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

### ♪パステルアート 第3水曜日 ★先着6名まで

9/20(水) 14:00~15:30

テーマ:「季節を感じるパステルアート」 参加費:無料  
~自由制作です。皆で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お問い合わせください。

### ♪音楽のじかん

第2土曜日 9/9(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。

### <FAX番号変更のお知らせ>

FAX番号が新しくなりましたのでお知らせいたします。

FAX番号 045-390-0850

相談専用 045-350-5291(変更なしです)

代表電話 045-350-5292(変更なしです)