

# 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

## 2020年3月号

### 〔開館時間・休館日〕

火曜日から土曜日9:00から20:00 / 日曜日9:00から17:00

休館日 月曜日

フリースペース利用時間 火曜日から土曜日10:00から19:00 / 日曜日10:00から16:00

電話相談時間 火曜日から土曜日12:00から19:00 / 日曜日 10:00から17:00 相談電話は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

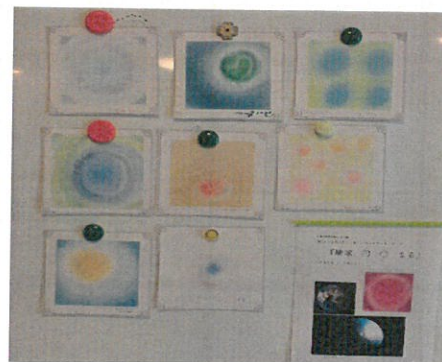
### 〔3/19外出プログラム中止のお知らせ〕

\*広報誌2月号でお知らせいたしました、  
外出プログラム「みなとみらい1ドルコンサート」  
ですが、昨今の新型コロナウイルスの状況を考慮し、  
中止とすることにいたしました。  
会場内にて感染が広がるリスクは極めて低いと思われ  
ますが、電車やコンサート会場など、多くの人が  
集まる場所は避けた方が良いとの判断をし、中止と  
させていただきます。

皆様にはご迷惑をおかけしますが、  
ご理解のほどよろしくお願いいたします。

### 【パステルアートを体験しました】

やまぶき工房より講師を招き、  
パステルアートの基本「円」を描きました。  
色や円を描く位置によって  
印象が異なり、どれも素敵な作品になりました。



## プログラム

### ◎クリーン活動◎

第1火曜日、第3火曜日

3/3(火)、3/17(火) 14:00~

センター周辺の道路、配郷公園の簡単な清掃を行います。  
雨天の場合中止です。※自由参加です。

### ◎絵のじかん◎

第2水曜日、第3水曜日

3/11(水)、3/18(水) 14:00~15:00

会話をしながら楽しく絵を描いたり、塗り絵をしましょう。  
※自由参加です

### ◎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

### ◎なぞりがき◎

第1水曜日 3/4(水) 14:00~15:00

静かに文字を書くプログラムです。  
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。

### ◎お茶のじかん◎

第3金曜日 3/20(金) 14:00~15:00

お茶を飲みながら会話を楽しみ皆さんで楽し  
い朗らかな時間をすごしましょう。  
コーヒー、紅茶にお菓子が付いて100円です。  
麦茶のみの方は無料です。  
時間内は自由に入退場できますので、  
お気軽にご参加ください。



# 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。
- 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。



月	火	水	木	金	土	日
						1
2	3	4	5	6	7	8
休館日	クリーン活動 14:00~  <夕食> ちらし寿司	なぞりがき 14:00~15:00	<夕食> 豚肉と野菜のうま煮		<昼食> 焼肉丼	
9	10	11	12	13	14	15
休館日	<夕食> 魚のちゃんちゃん焼き	絵のじかん 14:00~15:00	<夕食> 豚肉の柳川風		<昼食> 焼きうどん	
16	17	18	19	20	21	22
休館日	クリーン活動 14:00~  <夕食> 豚肉と大根の煮物	絵のじかん 14:00~15:00	<夕食> 焼き魚といんろう煮	お茶のじかん 14:00~15:30	<昼食> 麻婆豆腐丼	
23	24	25	26	27	28	29
休館日	<夕食> 筑前煮		<夕食> 鱈の南蛮漬け		<昼食> カレーライス	
30	31	<div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 10px;"> <p>◎いんろう煮とは                      武士が腰に下げている昔の小物入れ「印籠」が名前の由来です。                      具材(厚揚げやイカ等)の中にひき肉やお米等をつめた食べ物です。                      今回は高野豆腐の中にひき肉が入る予定です。</p> </div>				
休館日	<夕食> 鶏肉のピカタ					