

# 保土ヶ谷区生活支援センター かるがもNEWS 175号

発行：横浜市保土ヶ谷区生活支援センター  
住所：保土ヶ谷区川辺町5-11（かるがも4F）  
電話：045（333）6111  
（電話相談は10：00～12：30と  
13：30～20：00）  
FAX：045（340）2000  
HP：http://www.25hodo.jp/



8月のイベント

## 2017年度バスハイク

今回のバスハイクの行き先は  
東京ジョイポリスに決定しました。

＜日程＞2017年9月6日（水） ＜定員＞30名程度  
＜参加費＞Aプラン（乗り放題パスポート付き）3000円  
Bプラン（入場券のみ：乗物は各自支払い）500円

＜集合時間・場所＞8：45 保土ヶ谷区役所前集合

【申し込みについて】期間：8月1日（火）～8月18日（金）まで

※両プランとも、食事代は含まれません。

※2017年6月30日（金）までにご登録されている方を対象とさせていただきます。

※お申込みの時点で手帳のコピーを取らせていただきます。

来館の上お申し込みください。お電話での受付は致しません。

【キャンセルについて】

8月18日（金）までのご入金をお願い致します。

ご入金の確認が取れない場合は、自動的にキャンセルとなります。

8月18日（金）以降のキャンセルにつきましては、料金を全額返金できない場合もあります。

ご理解の上、お申し込みください。

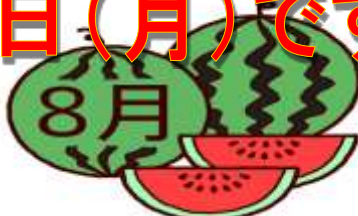
締め切り前に申し込みが定員に達した際は、キャンセル待ちとなります。

※最近センターのご利用がない方は、登録更新も兼ねて一度近況などをお聞かせいただく場合もございます。

※付き添いが必要と思われる方は、別途ご相談させていただく場合もございます。

（担当：深澤・土方・菅藤・奈良）

8月の休館日は  
28日（月）です★



### 医師相談日

8月 7日（月）本郷先生 15：00～17：00

8月17日（木）野地先生 16：00～18：00

※野地先生の医師相談の日時は、変更になる可能性があります。

※田口先生の医師相談は、決まり次第掲示します。

### 第三者委員

8月23日（水）16時来所



# イベント予定

※当センターのイベントは利用登録された方のみ  
ご参加いただけます。あらかじめご了承ください。

## 杉山信男さんを囲むお茶会

(ナースお茶会)

常盤台病院看護師 杉山信男さんを囲んでお茶会を行います。

テーマ:『暑い夏を乗り切ろう!』

日時:8月14日(月) 15:00~16:00 場所:食堂

(8月担当:深澤)

## 花火

<日時>8月16日(水) 19:00~

<場所>かるがも駐車場 <参加費>無料

<諸注意>雨の場合は中止となります。

※夕食のあと是非、ご参加ください!!!



(担当:田口・奈良)

## 横浜市立桜丘高校の茶道部によるお茶会

毎年、恒例の横浜市立桜丘高校茶道部によるお茶会を行います。  
夏の暑い時期に熱いお茶をいただき、気分をリフレッシュしてみませんか?

日時:8月26日(土) 14:00~15:30

場所:静養室 定員:10名 参加費100円

申込み期間:8月1日(火)~8月23日(水)

(担当:菅藤・奈良)

## 9月のイベント

### Pain de canard

### パン・ド・カナルル

日時:9月2日(土) 13:00~

場所:生活支援センター 調理室

メニュー:あんぱん(くるみ乗せ)

持ち物:エプロン、三角巾など

参加費:200円

申込み締切:8月12(月)~8月28日(月)まで

(担当:前沢・奈良)

※電話での申込みはできません。

※締め切り日までに入金がない場合は、キャンセル扱いとさせていただきます。

※締め切り日以降キャンセルをされる場合、料金は返金できませんのでご了承ください。

## お知らせ!

今月は、パソコンサロンと  
ソフトボール練習がお休みに  
なります。お間違いない  
ようご注意ください。

日時:9月30日(土) 14:00~15:30位まで

定員・申込み開始・参加費:後日発表!



## “アレンジホットケーキ”

(担当:平山・奈良)

## 報告 &amp; お知らせ

## 6月メンバーミーティング報告

7月3日(月) 参加人数:4名

## 【センターより】

- ・7月イベント確認
- ・センター利用について皆さんとフリートーク

## 【メンバーより】

- \* センターの居心地は良い。 \* 訪問があったら嬉しい。
- \* 他のところには行ってないので比較できない。 \* 利用者が少なくなったと思う。
- \* 静養室やフロアの畳を張り替えて貰えると嬉しい。
- \* 手拭きタオルかペーパータオルを置いてほしい。

⇒ご意見ありがとうございます。なお手拭に関しては衛生上の観点で各自持参をお願いしています。今後も安心・安全に過ごして頂けるように取り組んでいきますので、皆様これからもご協力よろしく願います。センターは相談支援事業所なので、何かお困りの際にはご相談ください。

次回のメンバーミーティングは8月7日(月) 15:00~を予定しています。

## かるがも太郎の徒然なるままに

暑い夏、みなさんはどのようにお過ごしでしょうか?7月は本当に暑かったですね。30℃を越えることが当たり前のように。それでも、お年を召した方のお家にお邪魔すると、エアコンはおろか扇風機すら回さずにいらっしゃるようで、見ているこっちがひやひやしてきました。

そんな筆者の夕飯はというと、そばそばそうめんそば枝豆そばそばそうめん…お湯を沸かして茹でている間は滝のように汗をかきますが、食べた時のひんやり感は捨てがたく、夏バテ気味な自分にはうってつけなメニューとなっております。偏った食事だなんて声がありますが、体を中から冷やすことも大切だと思ひ、飽きることなくせせと毎日お湯を沸かす筆者であります。夏バテしないようにお気をつけを!

**卓球をされる方へ** フロアで行うミーティングや静かな環境が必要なサークルの時間帯は卓球のご利用をご遠慮いただいています。ご協力お願いいたします。



7日(月) 15:00~16:00 (メンバーミーティング)  
14日(月) 15:00~16:00 (ナースお茶会)  
26日(土) 13:30~16:30 (桜丘高校お茶会)

## センターからのお知らせ

- ◆ 気象状況の悪化、鉄道等の交通機関の状況によってはセンターの開館・閉館時間を変更する場合がございます。ご理解の程、よろしくお願い致します。

