

保土ヶ谷区生活支援センター かるがもNEWS 177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/



～第24回フレンドシップ杯のお知らせ～

日時：10月17日（火） ※雨天の場合は11月14日（火）に延期

会場：金沢区産業振興センター

集合場所：相鉄線横浜駅改札前（1F）

集合時間：7時45分（開会式9：20からです。） **時間厳守！**

持ち物：昼食、飲み物、動きやすい服装、運動靴（スパイクは禁止）、タオル、着替え

☆今年もFS杯に参加します！！日頃の練習の成果を発揮し、楽しみましょう♪

ソフトボールに興味のある方は、是非みんなで応援に行きましょう♪♪

（担当：奈良・前沢・米津）

第15回かるがも杯 将棋・囲碁大会

日時：12月3日（日） 9：30～16：00

※受付は9：00からです。

場所：かるがも2階 多目的ホール

申込み期間：10月1日（日）～11月1日（水）

参加費：500円

※昼食（カレーライス）付

※お申込みは10月上旬より受付にて開始致します。

（担当：菅藤・奈良）



キャンセルについて

食材の準備の都合で、11/25～12/1までのキャンセルは、200円のキャンセル料がかかります。

12/2と当日のキャンセルは、全額返金できません。ご了承くださいませ。

10月の休館日は 23日（月）です★



医師相談日

10月 2日（月）	本郷先生	15：00～17：00
10月19日（木）	野地先生	17：00～19：00
10月31日（火）	田口先生	14：00～16：00

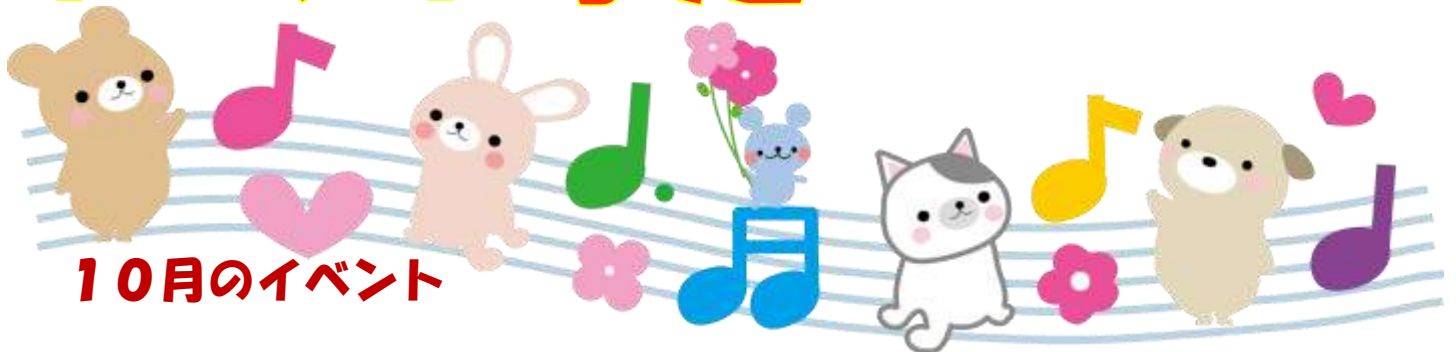
第三者委員

10月24日（火）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。



10月のイベント

10月のソフトボール

日時：10月11日（水） 13時から15時まで

場所：保土ヶ谷少年野球場

時間：13時に練習を開始しますので、遅れないように現地に集合してください。

持ち物：動きやすい服装、タオル、飲み物等

興味のある方の参加をお待ちしております。詳しくはスタッフまで☆

※フレンドシップ杯前の最後の練習です。

（担当：奈良・前沢・米津）

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：『食欲の秋～健康的に食べる方法とは？～』

日時：10月16日（月） 15:00～16:00 場所：食堂

（10月担当：菅藤）



パソコンサロン

インターネットや
ワード、エクセルの練習を
してみませんか？



日時：10月26日（木） 14:00～16:00

場所：かるがも3階 定員：8名（先着順）

内容：インターネット、ワード、エクセル等

※パソコンサロンは予約制となっております。

お申し込み：10月1日（日）より

11月のイベント

Pain de canard

パン・ド・カナル

日時：11月4日(土) 13:00~

場所：生活支援センター 調理室

メニュー：きのこのキッシュ

持ち物：エプロン、三角巾など

参加費：200円

定員：10名(先着順)

申込み締切：10月10日(火)~10月30日(月)

(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されない場合は、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。

報告 & お知らせ

9月メンバーミーティング報告

9月4日(月) 参加人数:6名

【センターより】

・センターからのお知らせと8~9月のイベントの案内を行う。

【メンバーより】

・第三者委員ってどういう組織?→組織というよりも、中立的な立場としてセンターと利用者さんの問題解決に話を聞いたりしてくれる方です。福祉に精通している大学の先生だったり現場で何十年と経験を積んだ方です。

・今年の夏はどうでしたか?→「家の中で引きこもっていたら熱中症になりかけた」などなど、今年の夏は暑かったというお話が出ました。例年に比べて雨が長期間降り、蒸し暑い夏になりましたね。

次回のメンバーミーティングは10月2日(月) 15:00~を予定しています。

かるかも次郎の徒然なるままの日常

夏が終わり、随分と涼しくなりました。かすかに漂う秋の気配を感じつつある今日この頃、、、筆者はふと思いました。秋の味覚、、、何を食べよう。海の幸、山の幸といった様々な食べ物の魅力で溢れる秋が毎年来るたびに筆者は食べ物の事で頭を悩ませます。油の乗った秋刀魚を大盛りの白米と一緒に掻き込むのもよし! 茸の炊き込みご飯を口いっぱい頬張るのもよし! 甘くてホクホクとした焼き芋を熱さと格闘しながら食べるのもよし!、、、こういったことを書いてると益々頭を悩ませてしまいますね。恐るべし食欲の秋!! みなさんなら、秋に何を食べたくになりますか?

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。



2日(月) 15:00~16:00 (メンバーミーティング)
16日(月) 15:00~16:00 (ナースお茶会)

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、よろしくお願ひ致します。

