



2017.4



渋谷区地域生活支援センター

渋谷区代々木 1-20-8

(相談) 火～土 10:00～18:00

(オープンスペース ) 火・水・金・土 13:00～18:00

日	月	火	水	木	金	土
						1  Let'sパソコン 14時～
2 休み	3 休み	4  ゆったりアワー 映画  14時～	5 	6	7  金曜 JOY 倶楽部 いちご大福 14時～	8  Let'sパソコン 14時～ 夕食会 17時～ お餅の玉ねぎケーキ
9 休み	10 休み	11 	12 	13	14  健康づくり 14時半 しぶやLife ホビーセンターカト ー 15時～	15  Let'sパソコン 14時～ Ec映画 15時半～
16 休み	17 休み	18 	19 	20	21  金曜 JOY 倶楽部 コスモプラネタリウ ム渋谷 13時半～	22  昼食会 12時～ ホイコーロー さわやかたいむ 13時～ ポパイの会 14時～
23 休み	24 休み	25 	26  ゆったりアワー 音楽  16時～	27	28  健康づくり 15時 アートな会 デコパージュ 16時～	29 休み 昭和の日
30 休み						

※土曜日 : 10時～12時まで職員会議のため電話相談の対応ができない場合もありますので、御承知ください。

毎週木曜日: オープンスペースとパソコン室は一日お休みです。

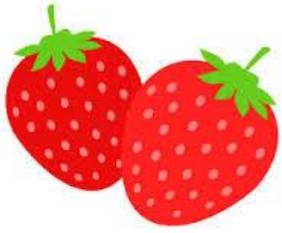
イベントは、予約制になります。ご予約は、03-3299-0100まで！

★ご予約をキャンセルされる方は、前々日(2日前)までにご連絡ください。

なお、「ゆったりアワー」、「ポパイの会」、「健康づくり」は予約の必要はありません。

また、災害や天候状況等によりやむを得ずプログラムを変更・中止することもあります。

「今日は予定通りやるのかな？」と思われた時には、お問い合わせください



しまぐれ通信 4月号



発行：渋谷区地域生活支援センター

渋谷区代々木1-20-8

03-3299-0100

<http://shibuyasawayakaroom.seesaa.net/>

活動報告とお知らせ

2月のアートな会

2月24日(金)のアートな会は、手作り封筒を作りました。折り紙のように折るだけで封筒ができたり、型紙を作ったりすることで同じ形の封筒が何枚もできました。参加された皆さんは、真剣に封筒作りに没頭していました。便せんはあるけど封筒は使ってしまったという時に、画用紙や包装紙などで手軽に作ることができますので、ご自宅でも機会があったらぜひ作ってみてはいかがでしょうか。



3月の金曜 JOY 倶楽部①

3月3日(金) 14時から、もんじゃ焼きを作りました。参加された方全員が外では食べたことはない方だったので、意外に簡単に作ることができることがわかり、お家でも作ってみたいという感想が聞かれました。今回はキャベツの他にお餅とチーズをトッピングしましたが、明太子やスナック菓子、お野菜やお肉など何でもトッピングできますのでご家庭でもお試しください。



4月の食事会と参加費について

4月の夕食会は8日(土) 17時から、昼食会が22日(土) 12時からとなっております。メニューは夕食会は「お餅の玉ねぎケーキ」、昼食会は「回鍋肉(ホイコーロー)」です。両日ともご予約が必要です。また調理時間が早まった場合は、予定開始時間より前に食事を開始することもありますのでご了承ください。

また4月以降、夕食会は250円、昼食会は350円に参加費をそれぞれ値上げさせていただきたいと思っております。誠に恐縮ですが、ご理解ご協力のほど、よろしく願いいたします。



4月の金曜 JOY 倶楽部② (コスモプラネタリウム渋谷に行こう)

4月21日(金)の金曜 JOY 倶楽部②は、文化センター大和田にある、コスモプラネタリウム渋谷に行きます。一度は観たことのある方も多くは思いますが、投影番組が季節ごとに変わるので、退屈することはないと思います。精神保健福祉手帳をお持ちの方は無料で観ることができます。当日必ずお持ちください。また参加される方はご予約をお願いいたします。

当日は14時30分の上映に間に合うように出かけるので、13時30分にセンターに集合してください。いつもより30分早い集合時間となっておりますので、お間違いのないようお願いいたします。

