



# 2017.5



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 休み	2 ゆったりアワー 映画 14時~ 	3 休み 憲法記念日	4 休み みどりの 日	5 休み こどもの日	6  Let's パソコン 14時~
7 休み	8 休み	9 	10  金曜 JOY 倶楽部 ぼたもち 14時~	11	12  健康づくり 14時 半~ しぶや Life 日本興亜美術館 15時~	13  Let's パソコン 14時~ 夕食会 17時~ オープンオムライス
14 休み せせらぎ まつり	15 休み	16 	17 	18	19  金曜 JOY 倶楽部 ビリヤード 14時~	20  Let's パソコン 14時~ Ec映画 15時半~
21 休み	22 休み	23 	24  ゆったりアワー 音楽 16時~ 	25	26  健康づくり 15時 ~ アートな会 汐留ミュージアム 15時半~	27  昼食会 12時~ ゆるり食堂 さわやかたいむ 13時~ ポパイの会 14時~
28 休み	29 休み	30 	31 			

※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 5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/>

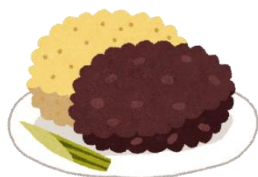
## 活動報告とお知らせ

### 5月のプログラム日程変更のお知らせ

5月は3日(水)～5日(金)のゴールデンウィーク期間、さわやか一むはお休みとなりますので、5日(金)に予定しておりました金曜JOY倶楽部①を下記のとおり変更をさせていただきたいと思っております。内容は「ぼたもち」を作る予定です。参加費は200円です。参加される方はご予約をお願いいたします。

記

5月5日(金) ⇒ **5月10日(水) 14時～**



### 3月の昼食会

3月25日(土) 11時～昼食会を行いました。今回は講師の先生をお迎えして、「春の華やか海鮮ちらし寿司」「あさりと三つ葉のお吸い物」「苺と小豆のとうふ白玉」を作りました。春らしいメニューで、いろいろがとてもきれいでした。

平成29年度の昼食会は、5月・9月・1月・3月は講師の先生にお料理を教わりながら作る時間にしたいと思います。題して「ゆるり食堂」です。メニューはチラシでお知らせしたいと思いますのでお楽しみに！



### 職員の異動のお知らせ

寺島

さわやか一むに来て7年8か月、皆様に色々と教わりながらやってきました。ここにいた時の思い出は一生忘れられないとても大切な時間でした。4月から成年後見支援センターに異動になりました。本当にお世話になりました。後任の平澤さんをよろしく申し上げます。(笑)

平澤

皆さんはじめまして。寺島さんと入れ替りに4月に成年後見支援センターから異動してきました。まだ右も左も分かっておりません。オープンスペース等でもし男性職員を見かけましたらぜひ声を掛けてください。明るく参りたいと思います。どうぞよろしく申し上げます。

### 健康づくり

毎月第2・第4金曜日は、体操の時間です。普段身体を動かすことがあまりない方でも参加しやすいような内容です。最初はおっくうなようですが、参加してみると結構身体がほぐれてすっきりします。ご予約の必要はありません。オープンスペースにいらした際にはぜひご参加ください。第4金曜日は15時～、第2金曜日はその後のプログラムによって時間が異なりますので参加の際には通信やチラシ等でご確認をお願いいたします。



