



2018.1



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 休み	3 休み	4	5 金曜 JOY 倶楽部 明治神宮初詣 14 時～ 	6 Let' s パソコン 14 時～
7 休み	8 休み 成人の日	9 ゆったりアワー 映画 14 時～ 	10 	11	12 健康づくり 15 時 しぶや Life 木の粘土でプロ チ作り 16 時～ 	13 Let' s パソコン 14 時～ 夕食会 17 時～ 熊本太平燕
14 休み	15 休み	16 	17 	18	19 金曜 JOY 倶楽部 たこやき 14 時～ 	20 Let' s パソコン 14 時～ E c 映画 15 時半 ～
21 休み	22 休み	23 	24 	25	26 健康づくり 15 時 アートな会 朗読会 16 時～ 	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 ゆったりアワー 音楽 16 時～ 			

※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。

きまぐれ通信 1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

活動報告とお知らせ 03-3299-0100

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

1月の金曜JOY倶楽部①

1月5日(金)14時からの金曜JOY倶楽部①は、年始にちなんで明治神宮に初詣をしたいと思えます。三が日に出かけるよという方も多いかもかもしれませんが、混雑した三が日とはまた違った雰囲気味わえるかもしれません。他の神社で初詣をしたという方もさわやか一むのお隣の神社に新年のご挨拶をしに伺いましょう。ご参加お待ちしております。



ボランティア講座のお願い

さわやか一むでは1月18日から2月15日まで精神保健福祉ボランティア講座を行います。そのため、下記のプログラムにボランティアを希望されている方が参加される場合があるかと思えますので、あらかじめご了承ください。よろしくお願いいたします。

記

1月19日	金曜JOY倶楽部	14時から
1月26日	アートな会	16時から
1月27日	昼食会	11時から
2月9日	しぶやLife	15時半から



11月の夕食会

11月11日(土)17時から夕食会を行いました。今回は北海道のご当地グルメ「十勝中華ちらし」を作りました。一見中華丼のように見えますが、あんかけではなく、溶き卵を野菜炒めにかまませご飯にのせる料理です。地元中華料理店がまかないで食べていたものをメニューにしたところ、口コミで広がったのだそうです。参加した方からは、身体があたたまっておいしかったという感想が聞かれました。



11月の金曜JOY倶楽部②

11月29日(水)14時から、明治神宮外苑の銀杏並木を見学しました。お天気が良く暖かな日だったので、たくさんの人でにぎわっていました。銀杏は陽にあたって金色に輝いていました。落ちている葉もあり、歩道は黄色い絨毯のようになっていました。今年はいちょう祭りも開催され、会場は活気があって楽しい雰囲気を味わうことができました。

