




2018.12



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  ゆったり映画 14時~ 	5 	6	7  金曜 JOY 倶楽部 東京タワー 14時~	8  Let'sパソコン 14時~ 夕食会 17時~ 手巻き寿司
9 休み	10 休み	11 	12  さわやかさかす (お問合せください)	13	14  健康づくり 14時半~ しぶや Life 年末大掃除 15時~	15  昼食会 12時~ 年末 SP メニュー Let'sパソコン 14時~ ゆったり映画 15時半~ 
16 休み	17 休み	18 	19  ポパイの会 15時半~	20	21  金曜 JOY 倶楽部 たこ焼き 14時~	22  さわやかたいむ 13時~ ポパイの会 14時~
23 休み 天皇 誕生日 30 休み	24 休み 振替 休日 31 休み	25 	26  さわやかさかす (お問合せください) ゆったり音楽 16時~ 	27	28  アートな女子会 詩を書く 14時~ 健康づくり 15時半~	29 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がありますので、御承知ください。

※ 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、「ゆったりアワー映画・音楽」「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 12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/>

ボランティア講座（報告）

10月4日、11月8日にボランティア講座を実施しました！

10月4日の講座では、病気の説明を都内クリニックの職員の方に話していただきました。その後、区内の作業所の方から説明をしてもらい、各々、希望の場所へ行ってもらいボランティア体験を行いました。

11月8日には振り返りを行い、ボランティア体験してもらった感想などを伺いました。今後もボランティアで関わって下さる方もいらっしゃる、とても良い経験をしていただいたようでした。ご協力いただいた皆様、また、参加者の皆様、ありがとうございます。



年末SPメニューのお知らせ

12月15日（土）の昼食会は、恒例の「年末スペシャルメニュー」です。今年もおとこの台所さんにお越しいただきます。普段なかなか食べることのできない、下記豪華メニューです！是非ご参加ください。

～メニュー～

イタリアンちらし寿司

生春巻き（ベトナム風）

鶏肉の子リンドロン（スペイン料理）

サラダ（詳細は後日）



いつもの昼食会より1週間早い第3土曜日ですので、ご注意ください。

東京タワーに行こう（お知らせ）

12月の金曜JOY倶楽部①では、12月7日（金）に東京タワーに行きます。都営大江戸線大門駅から、徳川将軍家とゆかりの深い、600年の歴史を持つ増上寺を通り抜け、東京のシンボル・観光名所で竣工60年になる電波塔・東京タワーに向かいます。

歴史と文化を感じながら、散策を楽しみませんか？ 荘厳な境内から見上げる東京タワーは圧巻です。奮ってご参加ください！



スイートポテトを作ろう（報告）

10月の金曜JOY倶楽部②では、10月19日（金）に「スイートポテト」を作りました。今回、ボランティア講座を受講した方々もご参加くださいました。このような体験は初めてとのことでしたが、さつま芋をこねたり丸めたりしながら、様々な話題で会話が弾みました。すっかりお馴染みのようなチームワークで、和やかな雰囲気の中、秋の味覚を堪能して、とても楽しい一時となりました。

