



2020年11月



渋谷区地域生活支援センター・さわやか一む

(相談) 火~土 10:00~18:00

(オープンスペース ) 火・水・金・土 13:00~17:00

変更がある場合など [ブログ](#)で **随時お知らせ** しております

表記のQRコード・アドレスから または 「さわやか一む ブログ」で検索



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

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----------|----------------------------|--|--|----|--|--|
| 1 | 2 | 3 休み 文化の日 | 4  | 5 | 6  金曜 JOY 倶楽部① ウォーキング 14時~ | 7  Let's パソコン 14時~ |
| 8 休み | 9 休み | 10  ゆったり映画 14時~  | 11  | 12 | 13  健康づくり 13時半~ しぶや Life 秋のシャッターチャンス 14時~ | 14  Let's パソコン 14時~ |
| 15 休み | 16 休み | 17  | 18  消防訓練 15時半~ ゆったり音楽 16時~  | 19 | 20  金曜 JOY 倶楽部② お手軽スイーツ 14時~ | 21  Let's パソコン 14時~ |
| 22 休み | 23 休み 勤労 感謝 の日 | 24  | 25  ゆったり音楽 16時~  | 26 | 27  健康づくり 15時半~ アートな会 創作のお時間 16時~ | 28  ポパイの会 14時~ |
| 29 休み | 30 休み | | | | | |

オープンスペースの利用は **予約制** になります

03-3299-0100

予約は1週間前から受け付けます お電話ください





きまぐれ通信 11月号

～ 活動報告とお知らせ～

発行：渋谷区地域生活支援センター・さわやか一む

〒151-0053 渋谷区代々木1-20-8

☎ 03-3299-0100

オープンスペースの利用について

オープンスペースの利用は予約制となります。安全にご利用いただくため、引続き感染拡大防止対策にご理解とご協力をよろしく申し上げます。

開所日：通常通り（裏面の予定表を参照）

開所時間：13～17時（時間短縮）

予約制

（1回4名まで）



来所前にご自宅で
検温



センターでは
・マスク着用



インフルエンザ × コロナ 感染防止

これから寒くなる季節。新型コロナウイルスに加えインフルエンザの流行も懸念されています。ウイルスの感染予防は基本的に同じです。今までの対策を、より注意して続けてください！



手洗い



咳エチケット



換気



密集回避



密接回避



密閉回避



外出控え

しぶやLife（お知らせ）



秋のシャッターチャンス！

さわやか一む近辺で、秋の植物や風景をカメラや携帯電話で撮影したいと思います。カメラを持参いただいても、携帯電話のカメラ機能を活用するのもよいと思います。カメラを片手に、小さい秋をみつけに行きましょう！



日時：11月13日（金）14時

さわやか一む集合

金曜JOY倶楽部②（お知らせ）

お手軽スイーツ

最近テレビやネットで話題のスーパーなどで、冷凍や紙パックのスイーツが手頃な値段で買えます。一つのスイーツが色々なアレンジ次第で、違った味わいで楽しめます。新たな発見をご一緒に是非！ご参加お待ちしております。



日時：11月20日（金）14時～

場所：オープンスペース

参加費：200円