

# ぶらす★かわせみ

令和3年



住所: 相模原市緑区橋本6-36-1-2FA  
 電話: 042-703-5556(相談専用)  
 フリースペース開所日: 月・火・水・木・金・第一土  
 開所時間: 11:30~16:30 (月:10:00~)  
<https://www.kawasemikai.org/>

【ぶらす★かわせみを利用する際のお願い】

- ・来所される前に検温し、37度以上の発熱や咳などの風邪の症状がある場合はご利用をお控えください。
- ・来所時は手洗い・消毒・検温にご協力をお願いします。
- ・利用中は（プログラム参加中も含め）必ずマスクの着用をお願いします。

※感染状況によりプログラムの実施等が急遽、変更または中止になる場合があります。

来所される際にはホームページまたは電話で事前に確認していただきますようお願い致します。

～ お知らせ ～  
 4月から、月曜日は10:00～開所します。  
 新しいプログラムも始まりまので詳しくは中面をご確認ください。

日	月	火	水	木	金	土
				1日	2日 卓球クラブ かわせみ <2部制> <各6名> *要予約	3日 ①高次脳FS ②かわせみ 広場 *フリースペース は12:30～開所し ます。
4日 休	5日 みんなde 朝活	6日	7日 フラワー アレンジメント <6名> *要予約	8日 風船バレー <5名> *要予約	9日 手話 <5名> *要予約 	10日 休
11日 休	12日 みんなde朝活  折り紙 <5名まで> *要予約	13日 ぬり絵 <4名> *要予約 	14日 たっきーの 何でも相談 <3名> *要予約 ★職員会議	15日 卓球クラブ かわせみ <2部制> <各6名> *要予約	16日 ヨガ <5名> *要予約 *「ふぁみーゆ☆ぶ らす」のため、フ リースペースは12: 30～開所します。	17日 休
18日 休	19日 みんなde朝活 (楽器OK)  ハンドベル <6名まで> *要予約	20日 習字 <6名> *要予約 	21日	22日 太極拳 <6名> *要予約 	23日 ぬり絵 <4名> *要予約 	24日 休
25日 休	26日 みんなde 朝活	27日	28日 PC個人 レッスン <2名> *要予約 	29日 休 (昭和の日)	30日	

※第1(金)・第3(木)に変わります

# 卓球クラブかわせみ

4月2日(金)・4月15日(木)

① 13:30~14:30 ② 14:30~15:30

※ 両日とも 2部制で行います。

各回 6人 (要予約: 各日1人1回)

おべりやおいのどうわばきやスニーカー  
を持参して頂けると安全です。

## かわせみ広場

オープンプログラム

4月3日(土) 13:30~15:30

対象: 心の病を家族にもつ方

ご家族のための集いです。

近況を報告し、情報交換します。

## みんな de 朝活 New

4月5日(月)・12日(月)

19日(月)楽器OKの日・26日(月)

10:00~11:00

対象: 登録している方

散歩やストレッチ、コーヒータイム等  
行います。初月曜日は楽器の演奏  
ができます。一緒に朝活しませんか?

## 手話

地域  
オープンプログラム

4月9日(金) 13:30~14:30

先着: 5名 (要予約)

ボランティア講師: 手話サークルの輪会

季節の歌を手話でできると楽しいですね。

高次脳機能障害の方と

オープン  
プログラム

その家族のためのフリースペース

4月3日(土) 10:00~12:00

対象: 高次脳機能障害の方と  
その家族

神奈川県いびりテーション病院

高次脳機能障害相談支援コーディネーター

清澤 学氏・永井 喜子氏

## フラワーアレンジメント

4月7日(水) 13:30~15:00

先着: 6名 (要予約) / 参加費: 550円

※ 今回は職員が主持します。

季節の花々をアレンジしてお持ち帰り頂け

ます。お持ち帰り用の袋をご持参ください。

## 風船バレー

4月8日(木) 13:30~14:30

先着: 5名 (要予約)

持ち物: 飲み物、汗拭きタオル

柔らかい風船を使って、イスに座って  
行います。

## 折り紙

4月12日(月) 14:00~15:00

先着: 6名 (要予約)

季節に合わせた作品を作ります。

※地域オープンプログラム: 原則、相模原市内在住・在勤の方、どなたでも参加できます。

※オープンプログラム: 原則、相模原市在住・在勤で必ずかわせみに登録していない精神障害者等・そのご家族の方が参加できます。

## ぬり絵

4月13日(火)13:30~14:30

4月23日(金)13:30~14:30

先着：各日4名(要予約)(どちらか1回)

下絵を選んで自由に塗っていたりします。

## ふあみー中★ぶらす

オープン  
プログラム

4月16日(金)10:00~12:30

対象：精神障がいやニラの不調を抱えた  
子育て中の親と子ども、妊娠中の方  
精神障がいや心の不調を抱えた子育て中の  
親とその子どもたちが交流したり、  
相談したり、自由に過ごす場です。  
また、個別相談にも対応します。

## ハンドベル

New  
プログラム

4月19日(月)13:30~14:30

先着：6名(要予約)

ハンドベルに興味のある方も  
初めての方も楽しく演奏してみま  
せんか？

## 太極拳

地域  
オープンプログラム

4月22日(木)13:30~14:30

先着：6名(要予約)

講師：関口 國廣さん

静かには音楽に合わせて、イスに座って行います。

## たっきーの何でも相談

4月14日(水)

①13:30~ ②14:10~ ③14:50~

先着：3名(要予約)

ベテランのワーカー「たっきーさん」が何でも  
相談にのってくれます。

病気のこと、生活のこと... 話しませんか？

## ヨカ

4月16日(金)13:30~14:30

先着：5名(要予約)

講師：佐川 友美さん

持ち物：食卓巾着、汗ふきタオル

ゆっくりと体をほぐしていきます。

## 習字

4月20日(火)13:30~14:30

先着：6名(要予約)

講師：土屋 耕葉さん

学校で習った習字... 久しぶりに  
やってみませんか？

## パソコン個人レッスン

4月28日(水)

①13:30~14:15 ②14:25~15:10

先着：2名(要予約)

\* マンツーマンで職員が対応します。

2021年  
4月

## かわせみカフェ 営業日のお知らせ

今月もかわせみCaféをお願いします。

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3 かわせみCafé 11:30~16:30 ・春野菜と鶏のカレー 
4	5	6 かわせみCafé 11:30~15:00 ・鶏肉のマーマレード煮 	7	8	9 かわせみCafé 11:30~13:30 ・鶏肉のトマトソース煮 	10
11	12	13 かわせみCafé 11:30~15:00 ・白身魚のホイル蒸し 	14	15	16	17
18	19	20 かわせみCafé 11:30~15:00 ・豚肉の生姜焼き 	21	22	23 かわせみCafé 11:30~13:30 ・サワラの竜田揚げ 	24
25	26	27 かわせみCafé 11:30~15:00 ・肉団子の甘酢あんかけ 	28	29 昭和の日	30	

### ～お知らせ～

この2月から続けていた予約制をやめ、4月からは席数を減らした通常営業といたします。予約なしでご利用いただけます。ただし、席数は1テーブル3名(最大12名)の営業となります。お席に限りがございますので、ご心配の方はご予約をお願い致します。

・また引き続き、ぷらす利用時にマスクとアルコール消毒が必要となります。必ず来店時にはマスクお持ちいただき、食事以外ではマスクの着用にご協力いただけるようお願い申し上げます。

### カフェメニュー

●ランチ…¥550 ●ケーキ…275円 ●ドリンク…165円

- ・3日(土)マドレーヌ/ばななチョコマフィン
- ・7日(水)春のシフォン
- ・14日(水)キャラメルりんごケーキ
- ・21日(水)オレンジパウンドケーキ
- ・28日(水)バナナチーズケーキ

※変更になる場合がございます。

※ランチ弁当も販売しています。540円です！

～ 予約先：橋本かわせみの家 TEL042-703-4480 ～  
※仕入れの状況により、予告なく献立が変更になる事があります  
※ケーキも状況により変更がございます。

