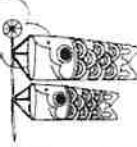


# ぷらす★かわせみ

令和3年

5月



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/>

【ぷらす★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。
- ・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。

ぷらす★かわせみでは、  
 9:00~17:00の間(職員会議の  
 時間は除く)電話相談も行って  
 おりますので、お気軽にご利用ください!

日	月	火	水	木	金	土
						1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。
2日 休	3日 休 (憲法記念日)	4日 休 (みどりの日)	5日 休 (こどもの日)	6日	7日 卓球クラブ かわせみ 【2部制/各6名】 *要予約	8日 休
9日 休	10日 みんなde朝活 ----- 折り紙 【5名】*要予約	11日 ぬり絵 【4名】*要予約 	12日 たっきーの 何でも相談 【3名】*要予約 ★職員会議	13日 風船バレー 【5名】*要予約	14日 手話 【5名】*要予約 	15日 休
16日 休	17日 みんなde朝活 (楽器OK) ----- ハンドベル	18日 習字 【6名】*要予約 	19日 フラワー アレンジメント 【6名】*要予約 	20日 卓球クラブ かわせみ 【2部制/各6名】 *要予約	21日 ヨガ 【5名】*要予約 *「ふあみーゆ☆ぷらす」のため、フリースペースは12:30~開所します。	22日 休
23日 休	24日 みんなde朝活	25日 PC個人 レッスン 【2名】*要予約	26日	27日 太極拳 【6名】*要予約 	28日 ぬり絵 【4名】*要予約 	29日 休
30日 休	31日 みんなde朝活 ----- 小物作り 【6名】*要予約	<div style="border: 2px solid black; border-radius: 15px; padding: 10px;"> <p style="text-align: center;"><b>小物作り</b></p> <p style="text-align: center;">レジンで『海や池のかげう』作り</p> <p style="text-align: center;">13:30~15:00</p> <p style="text-align: center;">先着 = 6名 (要予約)      梅雨や夏に飾れる 参加費 = 200円                      涼しげな小物です。</p> </div>				

## 高次脳機能障害の方と

オーフン  
プログラム

その家族のためのフリースペース

5月1日(土) 10:00~12:00

対象: 高次脳機能障害の方と  
そのご家族

神奈川県いびりテ-ション病院  
高次脳機能障害相談支援コーディネーター  
永井 喜子氏

オーフン  
プログラム

## かわせみ広場

5月1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

5月10日(月)・17日(月)

楽器  
OK

24日(月)・31日(月)

10:30~11:30

ラジオ体操や散歩、ゲーム等  
行います。第3月曜日は楽器の演奏  
もOKです。一緒に朝活しませんか?

## 卓球クラブかわせみ

5月7日(金)・5月20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/回)

スリッパがすべりやすいので、うねばきや  
スニーカーを持参していた  
だけると安全です。



## 折り紙

5月10日(月)

14:00~15:00

先着: 6名(要予約)

季節にあわせた作品を作ります。



## たっきーの何でも相談

5月12日(水)

① 13:30~ ② 14:10~ ③ 14:50~

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、  
生活のことなど、話しませんか?

## ぬり絵

5月11日(火)・5月28日(金)

13:30~14:30

先着: 各日4名(要予約/どちらか1人/回)

下絵を選んで自由に塗るこじか  
できます。

## 風船いしー

5月13日(木) 13:30~14:30

先着: 5名(要予約)

持ち物: 飲み物・汗ふきタオル

柔らかくて大きい風船を使い、  
イスに座って行います。



※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、相模原市内在住・在勤でぶらす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。

## 手話

地域ホフン  
プログラム

5月14日(金) 13:30~14:30

先着: 5名 (要予約)

ボランティア講師: 手話サークル水の輪会  
1つ1つていねいに教えてもらえるので、  
みんな楽しく覚えています。

## 習字

5月18日(火) 13:30~14:30

先着: 6名 (要予約)

講師: 土屋耕葉さん

季節や“今”を感じる言葉を、  
ゆたり落ちついて書いてみませんか?

## ヨガ

5月21日(金) 13:30~14:30

先着: 5名 (要予約)

講師: 佐川友美さん

持ち物: 飲み物・汗ふきタオル

ゆくりじゅくり体をほぐします。

## パソコン個人レッスン

5月25日(火)

① 13:30~14:15 ② 14:25~15:10

先着: 2名 (要予約)

※今回は職員が対応します。

## ハンドベル

5月17日(月)

① 13:30~14:00 自由参加(予約不要)

対象: 登録している方

② 14:10~14:45 要申込み

対象: 発表に向けて練習したい方

※①②両方参加OKです。

みんなでハンドベルを楽しみましょう!

## フラワーアレンジメント

5月19日(水) 13:30~15:00

先着: 6名(要予約) / 参加費: 550円

※今回は職員が対応します。

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。

## ふあみ-ゆ☆3.らす

ホフン  
プログラム

5月21日(金) 10:00~12:30

対象: 精神障がいやこころの不調を抱えた  
子育て中の親とその子ども、妊娠中の方

妊娠されている方・子育て中の方とその  
子どもたちが交流したり、相談したりできる  
場です。個別相談にも対応します。

## 太極拳

地域  
ホフンプログラム

5月27日(木) 13:30~14:30

先着: 6名 (要予約)

講師: 関口 國廣さん

イスに座って行う太極拳です。静かな  
音楽にあわせて体を動かします。

2021年  
5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 かわせみCafé 11:30~16:30 ・チキンカツカレー 
2	3 憲法記念日	4 みどりの日	5 こどもの日	6	7	8
9	10	11 かわせみCafé 11:30~15:00 ・和風ポークソテー 	12	13	14 かわせみCafé 11:30~13:30 ・ベジタブルカレー 	15
16	17	18 かわせみCafé 11:30~15:00 ・鮭の△ニエル 	19	20	21	22
23	24	25 かわせみCafé 11:30~15:00 ・豚小間の洋風南蛮漬け 	26	27	28 かわせみCafé 11:30~13:30 ・チキンソテーのカレーケ チャップソース 	29
31	<p align="center">～お知らせ～</p> <p>この4月から2月から続けていた予約制から席数を減らした通常営業といたします。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。</p> <p>・また引き続き、カフェ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、<u>食事以外ではマスクの着用にご協力</u>いただけるようお願い申し上げます。</p>					

### カフェメニュー

- ランチ…¥550 ●ケーキ…275円 ●ドリンク…165円
- ・1日(土)発酵マフィン(イーストを使ったお菓子)
- ・12日(水)えごまのチーズケーキ
- ・19日(水)発酵ばななケーキ(イーストを使ったお菓子)
- ・26日(水)珈琲クランブルケーキ

※ケーキは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 (10時から17時)～

※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。

