

# ぷらす★かわせみ

令和4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時: 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。
  - ・センター内では必ずマスクの着用をお願いします。
  - ・状況により、急遽プログラムの実施等が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ご確認くださいませよう、お願いいたします。  
ご理解・ご協力のほど、よろしくをお願いいたします。

日	月	火	水	木	金	土
					<b>1日</b> 卓球クラブ かわせみ 【2部制/各6名】 *要予約 	<b>2日</b> 高次脳FS ----- かわせみ 広場 *フリースペースは 12:30~開所します。
<b>3日</b> 休	<b>4日</b>	<b>5日</b> 編み物 【6名】 *要予約 	<b>6日</b> フラワー アレンジメント 【2部制/各4名】 *要予約 	<b>7日</b> ぷらすで 歌おう 【6名】 *要予約 	<b>8日</b> 手話 【6名】 *要予約 	<b>9日</b> 休
<b>10日</b> 休	<b>11日</b> 折り紙 【5名】 *要予約 	<b>12日</b> ぬり絵 【8名】 *要予約 	<b>13日</b> たっきーの 何でも相談 【3名】 *要予約 ★職員会議	<b>14日</b> 風船パレー 【6名】 *要予約 	<b>15日</b> 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。	<b>16日</b> 休
<b>17日</b> 休	<b>18日</b> 休 海の日	<b>19日</b> 習字 【8名】 *要予約 	<b>20日</b> PC個人 レッスン 【2名】 *要予約	<b>21日</b> 卓球クラブ かわせみ 【2部制/各6名】 *要予約 	<b>22日</b>	<b>23日</b> 休
<b>24日</b> 休	<b>25日</b> みんなde 朝活 *会議のため、フリースペースは15:30~閉所します。	<b>26日</b>	<b>27日</b> PC個人 レッスン 【2名】 *要予約 ★職員会議	<b>28日</b> 太極拳 【10名】 *要予約 	<b>29日</b>	<b>30日</b> 休
<b>31日</b> 休						

## 卓球クラブ かわせみ

7月1日(金)・7月21日(木)

①13:30~14:30 ②14:30~15:30

\*両日とも2部制で行います。

各回6名(要予約/各日1人1回)

上履きやスニーカーをご持参いただくと安全です。

## 高次脳機能障害の方と その家族のためのフリースペース

7月2日(土)10:00~12:00

オープン  
プログラム

対象:高次脳機能障害の方とご家族

神奈川県リハビリテーション病院

高次脳機能障害相談支援コーディネーター

瀧澤 学氏

## かわせみ広場

7月2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。

オープン  
プログラム



## 編み物

7月5日(火)13:30~14:30

対象:ある程度一人で編める方

先着:6名(要予約)

持ち物:毛糸・必要な道具

## フラワーアレンジメント

7月6日(水)

①13:30~14:00 ②14:00~14:30

先着:各回4名(要予約)

参加費:550円

持ち物:持ち帰り用の袋

## ぷらすで歌おう

オープン  
プログラム

7月7日(木)13:30~14:30

先着:6名(要予約)

講師:関田 茂子さん

季節の歌や合唱曲を歌います。

## 手話

地域オープン  
プログラム

7月8日(金) 13:30~14:30

先着:6名(要予約)

ボランティア講師:手話サークル水の輪会

初めての方でも楽しく手話を学べます。

## 折り紙

7月11日(月) 14:00~15:00

先着:5名(要予約)

1人1人丁寧に折り方を教えて  
もらうことができます。

## ぬり絵

7月12日(金) 13:30~14:30

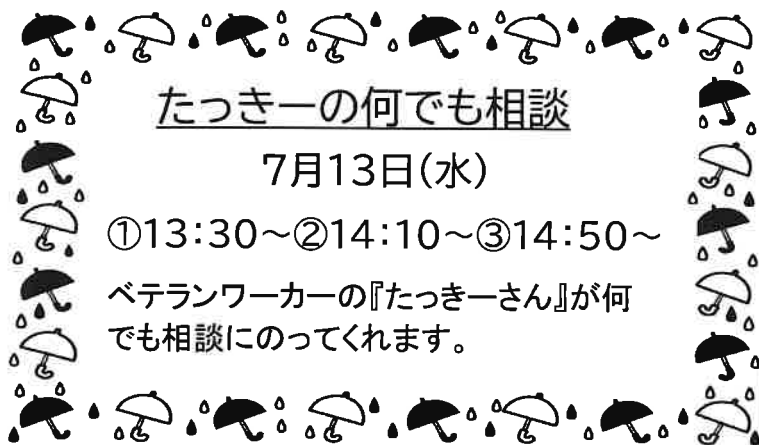
先着:8名(要予約)

好きな下絵を選んで自由に塗ることができます。



※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・在勤でぷらすかわせみに登録していない精神障害者等・ご家族の方が参加できます。



## たっきーの何でも相談

7月13日(水)

①13:30~②14:10~③14:50~  
ベテランワーカーの『たっきーさん』が何でも相談にのってくれます。

## ふあみーゆ☆ぷらす

オープン  
プログラム

7月15日(金) 10:00~12:30

対象:精神障がいやこころの不調を抱えた妊  
娠中・子育て中の親とそのこども

交流したり、相談したりできる時間です。



## 風船バレー

7月14日(木) 13:30~14:30

先着:6名(要予約)

柔らかくて大きな風船を使ってラリーをします。  
何回続くかチャレンジしています!

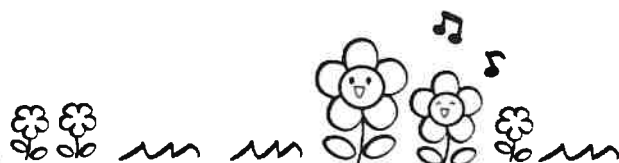
## ヨガ

7月15日(金) 13:30~14:30

先着:5名(要予約)

講師:佐川 友美さん

心身ともにリラックスできます。動きやすい服  
装でご参加ください。



## パソコン個人レッスン

7月20日(水)・7月27日(水)

①13:30~14:30

②14:30~15:30

※申込み期限:7月7日(木)

先着:各回1名(要予約/各月1人1回)

ボランティア:橋本男性ボランティアグループ  
やってみよう会

## 習字

7月19日(火) 13:30~14:30

先着:8名(要予約)

講師:土屋 耕葉さん



ゆったり季節の言葉を書きませんか。気  
持ちが落ち着きます。

## みんなde朝活

7月25日(月) 10:30~11:30

ラジオ体操のあと、簡単なゲームやお  
しゃべりを楽しんでいます。朝から少し  
活動してみませんか。



## 太極拳

地域オープン  
プログラム

7月28日(木) 13:30~14:30

先着:10名(要予約)

講師:関口 國広さん

椅子に座って行う太極拳です。無理  
なく行うことができます。

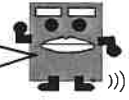


連絡の行き違いを防ぐため、プログラムの予約とキャンセルは、留守番電話では  
お受けできません。電話のつながる時間か来所時に、直接職員にお伝えください。

2022年  
7月

# かわせみカフェ 営業日のお知らせ

橋本かわせみの家公認キャラクター「タカちゃん」だよ。食べに来てねえタカ



今月もかわせみCaféをお願いします。

日	月	火	水	木	金	土
					1	2 かわせみCafé 11:30~15:00 ・魚のフライのカレー  
3	4	5 かわせみCafé 11:30~15:00 ・タンンドリーチキンワンプレート   	6	7	8 かわせみCafé 11:30~13:30 ・屋台風ソース焼きそば  	9
10	11	12 かわせみCafé 11:30~15:00 ・ロールとんかつ   	13	14	15	16
17	18	19 かわせみCafé 11:30~15:00 ・サケの南蛮漬け   	20	21	22 かわせみCafé 11:30~13:30 ・チキンソースバイシーソース   	23
24	25	26 かわせみCafé 11:30~15:00 ・豚肉の生姜焼き   	27	28	29	30

～お知らせ～

## 8月からの価格変更について

これまで値上げをせずになんとか頑張っていました。原材料の高騰などにより、現在の価格でのご提供が難しくなりました。かわせみカフェをご利用くださるみなさまには大変ご迷惑をおかけしますが、ご理解いただけますと幸いです。

●ランチ・・・¥600円(税込) ●お弁当テイクアウト、配達ともに600円(税込) ●ケーキ・・・300円(税込) ●ドリンク・・・200円(税込) ★

水曜限定ランチセット(ランチ、ミニケーキ、ドリンクがセットになったお得なセット)1000円(税込)

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、マスク飲食を推奨しています。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。席数は1テーブル4名(最大16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。※コロナの状況によっては、今後変更する場合がございます。その際は、ホームページ等で報告いたします。

## カフェメニュー

●ランチ・・・¥550円 ●ケーキ・・・275円 ●ドリンク・・・165円

- ・2日(土)シフォンサンド(中止の事もあり)
- ・6日(水)紅茶ケーキ
- ・13日(水)ミント&オレオレアチーズケーキ
- ・20日(水)オレンジパウンドケーキ
- ・27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。

## マークについて

 カフェがある日

 カレーランチの日

  選べるランチの日