

# ぷらす★かわせみ

令和5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/>

## かわせみ会 新年会

みんなでHAPPY NEW YEAR

~久しぶりにみんなで集まろう~

- 日時:2024年1月13日(土) 13:30~15:30 ■場所:ソレイユさがみ(セミナールーム1)
- 会費:300円(お土産付き・食事は出ません) ■事前申込制:12月15日(金)迄(先着80名)
- \* 定員に達した場合、申込期間中であっても切替場合があります。
- \* 電話での申込は受付けておりません。会費を添えて直接窓口でお申込みください。
- \* 一度お支払いいただいた会費は返金いたしません。
- \* 申込み時点でぷらすかわせみの登録が完了している方が参加できます。
- \* 詳細は職員にお尋ねください。



日	月	火	水	木	金	土
<b>【ぷらす★かわせみを利用する際のお願い】</b> ・37度以上の発熱や咳等の風邪症状がある場合、利用をお控えください。 ・来所時の消毒及びセンター内のマスク着用にご協力をお願いします。 ・急遽プログラムが変更または中止になる場合がありますので、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。					<b>1日</b> 卓球クラブ かわせみ 【2部制/各8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。
3日 休	4日 小物作り 【10名】 *要予約 	5日 編み物 【6名】 *要予約 	6日 フラワー アレンジメント 【8名】 *要予約	7日 ぷらすde 歌おう *要予約 	8日 手話 *要予約 	9日 休
10日 休	11日 折り紙 【5名】 *要予約 	12日 ぬり絵 *要予約 	13日 たっきーの 何でも相談 【3名】 *要予約 ★職員会議	14日 風船バレー *要予約 	15日 「ふあみーゆ☆ぷらす」 のためフリースペース は12:30~開所。 ----- みんなde ゲーム *要予約 	16日 休
17日 休	18日 クリスマス パーティー 【20名】 *要予約 	19日 習字 【10名】 *要予約 	20日 PC個人 レッスン 【2名】 *要予約	21日 卓球クラブ かわせみ 【2部制/各8名】 *要予約 	22日	23日 休
24日 休	25日 大掃除& ティーパーティ *要予約 	26日	27日 PC個人 レッスン 【2名】 *要予約 ★職員会議	28日 太極拳 *要予約 	29日	30日

年末年始休業は  
 12/29~1/4です。  
 新年1/5から開所します。

## 卓球クラブ かわせみ

12月1日(金)、12月21日(木)

①13:30~14:30 ②14:30~15:30

\*2部制で行います。

各回8名(要予約/各日1人1回)  
みんなで楽しく行っています。  
上履きやスニーカーを  
ご持参いただくと安全です。



オープン  
プログラム

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

12月2日(土) 10:00~12:00

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

佐藤 健太氏

## かわせみ広場

オープン  
プログラム

12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。

## 小物づくり



12月4日(月) 13:30~

先着:10名(要予約) 参加費 200円

ビーズのリースとクリスマスカード  
をつくりましょう!



## 編み物

12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

ボランティアの方が来てくれます。



## フラワーアレンジメント

12月6日(水) 13:30~14:30

先着:8名(要予約)

参加費:550円

持ち物:持ち帰り用の袋

※申込み期限:11月29日(水)



## ぱらすde歌おう

オープン  
プログラム

12月7日(木) 13:30~14:30

(要予約)

講師:関田 茂子さん

みんなで楽しく、  
大きな声を出して歌っています♪



## 手話

地域オープン  
プログラム

12月8日(金) 13:30~14:30

(要予約)

ボランティア講師:手話サークル水の輪会

初心者でも大丈夫です。手話を勉強してみま  
せんか。

## 折り紙

12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

12月12日(火) 13:30~14:30

(要予約)

好きな下絵を選んで自由に  
塗ることが出来ます。



※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・在勤でぱ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



12月13日(水)

①13:30~②14:10~③14:50~  
先着:各回1名(要予約)

ベテランワーカーの『たっきーさん』がお話をじっくり聞いてくれます。どんなご相談でも大丈夫です。

## ふあみーゆ☆ぷらす

オープン  
プログラム

12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。

## クリスマスパーティー

12月18日(月) 13:30~15:30

先着20名(要予約)  
参加費:300円

ハンドベルの発表やビンゴゲームなど。  
みんなで楽しく過ごしましょう。

## パソコン個人レッスン

12月20日(水)・12月27日(水)

①13:30~14:30 ②14:30~15:30

先着:各回1名(要予約/各月1人1回)

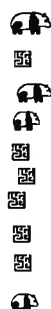
持ち物:筆記用具、ノート

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

※申込み期限

12月7日(木)



## 風船バレー

12月14日(木) 13:30~14:30  
(要予約)

やわらかくて大きな風船で、  
椅子に座って何回続くかチャレンジ!

## みんなdeゲーム

オープン  
プログラム

12月15日(金) 13:30~14:30  
(要予約)

簡単なカードゲームで  
みんなで楽しみましょう。

## 習字

12月19日(火) 13:30~14:30

先着:10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。



## 大掃除&ティーパーティ

12月25日(月) 13:30~15:30  
(要予約)

みんなでキレイに掃除して、さわやかな  
フルーツを囲んでティーパーティ。

## 太極拳

地域オープン  
プログラム

12月28日(木) 13:30~14:30  
(要予約)

講師:関口 國廣さん

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。

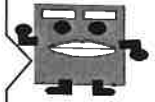


2023年  
12月

## 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。

12月だよ。あつ、まちのコイン「すもー」って知ってる？橋本かわせみの家がスポットになってるよ！チェックインすると50すもーもらえるよ



日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5 かわせみCafé 11:30~15:00 ・タンドリーチキンプレート 	6	7	8 かわせみCafé 11:30~15:00 ・豚肉の塩麴焼 	9
10	11	12 かわせみCafé 11:30~15:00 ・サワラのみぞれあん 	13	14	15	16
17	18	19 かわせみCafé 11:30~15:00 ・豚肉の紅白巻き 	20	21	22 かわせみCafé 11:30~13:30 ・クリスマスプレート (煮込みハンバーグ) 	23
24	25	26	27	28	29	30
<b>お休み</b>						

### ～カフェのお知らせ～

現在、1テーブル6席で実施しておりますが、来店数が多い場合はお待ちいただくことがあります。予め、ご予約して頂ける事をお勧めいたします。また、お食事をする席ではマスク着用にご協力お願いできればと思います。コロナ関係につきましては、状況により、お客様にお願いすることがあると思いますが、よろしくお願い致します。

### カフェ値段とケーキ種類

- ランチ・・・600円(税込) ●ケーキ・・・300円(税込) ●ドリンク・・・200円(税込)
- お弁当(テイクアウト及び配達)600円(税込)
- 水曜限定ランチセット1000円(税込)ドリンクとケーキがセットになったお得なセット

- ・6日(水)ブルーベリーパウンドケーキ
- ・13日(水)りんごの夢
- ・20日(水)ホワイトチョコレートケーキ

※ケーキは変更になる場合がございます。

～ 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