

ぷらす★かわせみ

令和6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】

- ・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う、お願いいたします。



日	月	火	水	木	金	土
	1日 クラフトバンド 【6名】 *要予約 <hr/> 卓球 【2部制/各8名】 *要予約	2日	3日 フラワー アレンジメント 【8名】 *要予約	4日 ぷらすde 歌おう *要予約 	5日	6日 高次脳FS <hr/> かわせみ 広場 *フリースペースは 12:30~開所します。
7日 休	8日 みんなde朝活 *要予約 <hr/> 折り紙 【5名】 *要予約	9日 ぬり絵 *要予約 	10日 *職員会議	11日 風船バレー *要予約 	12日 手話 *要予約 	13日 休
14日 休	15日 休 (海の日)	16日 習字 【10名】 *要予約 	17日 PC個人 レッスン 【2名】 *要予約	18日 卓球クラブ かわせみ 【2部制/各8名】 *要予約 	19日 *「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。	20日 休
21日 休	22日 音楽タイム *要予約 	23日 みんなde ゲーム *要予約 	24日 PC個人 レッスン 【2名】 *要予約 *職員会議	25日 太極拳 *要予約 	26日	27日 休
28日 休	29日 ボランティア と交流しよう 【15名】 *要予約 	30日	31日			

クラフトバンド

(3回シリーズの2回目です)

7月1日(月) 10:30~12:00

※6月に参加した方が対象です

卓球クラブ かわせみ

7月1日(月)・7月18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。



フラワーアレンジメント

7月3日(水) 13:30~14:30

先着:8名(要予約)

参加費:660円

持ち物:持ち帰り用の袋

※申込み期限:6月26日(水)

ぷらすde歌おう

7月4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♪



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

オープン
プログラム

7月6日(土) 10:00~12:00

対象:高次脳機能障害の方とご家族

神奈川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

7月6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

7月8日(月) 10:30~11:30

*要予約(最小施行人数2名)

ラジオ体操のあとゲームやおしゃべりを
楽しんでいます。天気が良ければ
お散歩も気持ち良いですね。



折り紙

7月8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。



※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・そのご家族の方が参加できます。

ぬり絵

7月9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。



風船バレー

7月11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



手話

地域オープン
プログラム

7月12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。

習字

7月16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。



パソコン個人レッスン

7月17日(水)・7月24日(水)

①13:30~14:30 ②14:30~15:30

※申込み期限 7月11日(木)

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



ふぁみーゆ☆がらす

オープン
プログラム

7月19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。

音楽タイム

7月22日(月) 13:30~14:30

(要予約)

講師:音楽療法士 原 友美さん

簡単な楽器で遊んだり

リズムに合わせて歌って盛り上がりよう!

みんなdeゲーム

オープン
プログラム

7月23日(火) 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。



太極拳

地域オープン
プログラム

7月25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。



ボランティアと交流しよう

7月29日(月) 13:00~15:00

先着:15名(要予約)

社協のボランティア講座受講生と一緒に、
すいか割りなどで交流しましょう!
























2024年
7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。

今年も暑くなりそ
うタカ…。水分補
給をしっかりと
夏バテしないよう
に!!



日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
			かわせみCafé 11:30~15:00 ・豚肉ソテーのスパイスソース   			
7	8	9	10	11	12	13
			かわせみCafé 11:30~15:00 ・さばの冷製トマト蒸し   		かわせみCafé 11:30~13:30 ・ポークジンジャーのつけ丼   	
14	15	16	17	18	19	20
	海の日		かわせみCafé 11:30~15:00 ・鮭の南蛮漬け   			
21	22	23	24	25	26	27
			かわせみCafé 11:30~15:00 ・よだれ鶏   		かわせみCafé 11:30~13:30 ・ポークケチャップ   	
28	29	30	31			
			かわせみCafé 11:30~15:00 ・ガバオライス   			

～カフェのお知らせ～

水曜日のカフェと金曜日のカフェのランチラストオーダーについて

- 水曜日は13時30分がラストオーダー。予約時間も13時30分が最終 ※13時30分までに入店していること
- 金曜日は13時00分がラストオーダー。予約時間も13時00分が最終 ※13時00分までに入店していること
- ※予約については最終予約時間に間に合わなかった場合はキャンセルといたします。

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
 - ・3日(水)バナナパウンドケーキ
 - ・10日(水)ブルーベリークランブルケーキ
 - ・17日(水)ココアパウンドケーキ
 - ・24日(水)パウンドケーキ
 - ・31日(水)オレンジパウンドケーキ
- ※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