

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/>

かわせみ会日帰り研修旅行

～小田原城&鈴廣ちくわ作り体験～

対象：かわせみ会の各事業所にご所属の方及びその家族

日程：令和6年12月4日(水)

集合・解散 JR橋本駅南口または伊勢原書店

行先：小田原城周辺(お城散策とちくわ作り体験)※観光バスで行きます。

参加費：昼食代込み ■利用者 2,500円 ■ボランティア・家族 3,500円

申込：令和6年11月13日(水)までに所定の参加申込書と参加費をかわせみ会各事業所にご提出ください。

詳細は職員までお
問合せください



日	月	火	水	木	金	土
<p>【ぷらす★かわせみを利用する際のお願い】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・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。 ※ ご理解・ご協力のほど、よろしくお願ひいたします。 					1日	2日 高次脳FS
						<p>かわせみ 広場</p> <p>*フリースペースは 12:30～開所します。</p>
3日 休 (文化の日)	4日 休 (振替休日)	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 みんなde朝活 *要予約 折り紙 【5名】 *要予約	12日 ぬり絵 *要予約 	13日 ★職員会議 10:00～	14日 風船パレー *要予約 	15日 ヨガ 【8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。	16日 休
17日 休	18日 ハンドベル 	19日 習字 【8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 (勤労感謝の日)
24日 休	25日 音楽タイム *要予約 *会議のためフリースペースは15:30で閉所します。 	26日 みんなde ゲーム *要予約 	27日 PC個人 レッスン 【2名】 *要予約	28日 太極拳 *要予約 ★職員会議 15:30～	29日	30日 休 *研修のためフリースペースは14:30で閉所します。

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

11月2日(土) 10:00~12:00

対象:高次脳機能障害の方とそのご家族

かわせみ広場

オープン
プログラム

11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。

編み物

11月5日(火) 13:30~14:30

対象:ある程度一人で編める方
(初めての方はご相談ください)

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

11月6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:10月30日(水)

ぷらすde歌おう

11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

11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。

みんなde朝活

11月11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

11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

11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。



風船バレー

11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!



※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。

心あみーゆ☆ぷらす

オープン
プログラム

11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。

ハンドベル



11月18日(月)

- ①13:30~14:00 自由参加(予約不要)
- ②14:00~14:30 発表に参加したい方(要申込)

講師:音楽療法士 原 友美さん

きれいな音色を楽しみませんか。
初心者でもすぐに出来るようになります。

パソコン個人レッスン

11月20日(水)・11月27日(水)

- ①13:30~14:30 ②14:30~15:30

※申込み期限 11月7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

音楽タイム



11月25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!



ヨガ

11月15日(金) 14:00~15:00

先着:8名(要予約)

講師:斉藤 治世さん

ゆったり、体を感じられる時間を
すごしませんか。動きやすい服装で、
タオルや飲み物をお持ちください。



習字

11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。



卓球クラブ かわせみ

11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)

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。



みんなdeゲーム

オープン
プログラム

11月26日(火) 13:30~14:30

(要予約)

簡単なカードゲームをみんな
で楽しみましょう。



太極拳



地域オープン
プログラム

11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。無理なくできます。

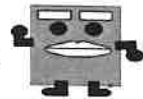


2024年
11月

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。

だんだんと寒くなってきたタカ。暖かくして風邪をひかないように気をつけよう!



日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
文化の日	振替休日		かわせみCafé 11:30~15:00 ・鮭のホイイル包み蒸し 		かわせみCafé 11:30~13:30 ・秋のコロッケ 	
10	11	12	13	14	15	16
			かわせみCafé 11:30~15:00 ・和風ハンバーグ 			
17	18	19	20	21	22	23
			かわせみCafé 11:30~15:00 ・レンコンつくねの照り焼き 		かわせみCafé 11:30~13:30 ・鶏肉のフライ カレーソース 	勤労感謝の日
24	25	26	27	28	29	30
			かわせみCafé 11:30~15:00 ・豚肉の野菜巻きマーマレード煮 			

~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

- ・6日(水) ブルーベリークランブルケーキ
- ・13日(水) オレンジアップサイドダウンケーキ
- ・20日(水) 珈琲クランブルケーキ
- ・27日(水) パンナコッタ

※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