



ころ野通信

4月号


〒224-0033
都筑区茅ヶ崎東4-13-40
電話 947-0080 (相談)
511-7712 (緊急・問い合わせ)
HP <http://www.tuduki.jp/nc/>
2021年 4月 第150号

中川先生による嚙嚙医相談 4月8日(木)10:00~11:30

1日3名限定：お一人約30分
事前登録・予約が必要です。詳しくはころ野へお問合せください。

＜お知らせ＞
【ご利用者の皆様へ重要なお知らせ】
館内の“密”を避けるため、来館者が一定程度（10名様）となった場合にご利用をお待ちいただくことやお断りすることがございますので、あらかじめご了承ください。また、感染状況によっては、**昼食会やプログラム等も中止となる可能性がございます**。ご不便をおかけしますが、ご理解ご協力の程よろしくお願ひ致します。ご不明点等ございましたら、ころ野へご連絡ください。


★リラクゼーションマッサージ★



3名限定です。多くの方に参加をしていただきたいと考えておりますので、初参加の方・前月受けられていない方を優先しています。希望者多数の場合は抽選（4月5日（月）14時抽選）となりますのでご了承ください。

- ・日付 **4月12日（月）** ※施術箇所は、手・足・背中限定です。
- ・時間 10:15~11:55 ※換気等行うため、お一人あたりの施術時間が短くなる可能性がございます。
- ・講師 田中典子先生


★園芸プログラム★



- ・日付 **4月30日（金）**
春も本番、気温も上がり、過ごしやすい季節になり始めましたね。今回も草取りなど、ころ野のお庭の整備をしたいと思ひます。作業の後は冷たい飲み物を飲んで疲れを癒しましょう♪
たくさんのご参加、お待ちしております！
- ・時間 13:30~14:30
- ・締切 4月28日（水）閉館まで

※靴や洋服が汚れる場合があるので、汚れても良い服装でご参加ください。

★ゲームたいむ★




- ・日付 **4月17日（土）**
- ・時間 13:30~14:30
- ・参加費 無料

※参加人数が2名以上の場合に開催します。

皆さんで楽しくゲームをしませんか？
今月も、感染対策を行いつつ楽しめるゲームをしたいと思ひています。
☆当日参加も大歓迎です！

★シネマ鑑賞会★




- ・日付 **4月29日（木）**

今回のシネマ鑑賞会は、「浅田家」を上映します。ユーモラスな家族写真を収めた異色の写真集『浅田家』。木村伊兵衛写真賞を受賞した写真家・浅田政志の実体験を二宮和也主演で実写映画化！
※上映時間中は、窓を閉めてフリースペース全体の照明を暗くして上映します。大きな音も出ますので、当日ご利用予定の方はあらかじめご了承ください。


- ・時間 14:00~16:00
- ・定員 先着 8名（要申込）
- ・締切 4月28日（水）閉館まで
- ・参加費 無料

中川地域ケアプラザで活動されている傾聴ボランティアグループのYou&Meさんがころ野にいらっしゃいます。ぜひゆっくりとお話してください♪



※新型コロナウイルス感染拡大等により、参加人数の制限や開催を中止とさせていただきます可能性もございます。あらかじめご了承ください。

- ・日付 **4月22日（木）**
- ・時間 14:00~15:00
- ・場所 ころ野フリースペース



4月 プログラム&メニュー表

月 (MON)	火 (TUE)	水 (WED)	木 (THU)	金 (FRI)	土 (SAT)	日 (SUN)
<p>＜お知らせ＞ 新型コロナウイルス感染拡大防止のため、 一日につき先着9名とさせていただきます。 定員に達し次第締め切らせていただきますので、 あらかじめご了承ください。</p>  <p>飛沫感染防止のために、 食事は静かに食べましょう</p>			1	2	3 15:00までの開所	4 休館日
			ポークチャップ グリーンサラダ ご飯 味噌汁	大葉の和風ガバオ 豆苗とツナのサラダ デザート (大盛りなし)	フリとアンチョビのソース 大根とりんごのサラダ ご飯 味噌汁	
5	6	7	8 嘱託医相談 10:00~11:30	9	10 15:00までの開所	11 休館日
昼食会なし	鮭のムニエル生姜ソース れんごんのサラダ ご飯 味噌汁	豚肉と春野菜の梅ポン酢炒め 切り干し大根のカレーマヨサラダ ご飯 味噌汁	和風おろしハンバーグ にんじんサラダ ご飯 味噌汁	白身魚のきのこあんかけ きゅうりの酢の物 ご飯 味噌汁	エビと豆腐のチリソース かぶの中華風和え ご飯 スープ	
12 リラクゼーション 10:15~11:55	13	14	15	16	17 15:00までの開所 ゲームたいむ 13:30~14:30	18 休館日
昼食会なし	白身魚の西京味噌ソース 小松菜の和え物 ご飯 すまし汁	鶏肉とピーマンのカシューナッツ炒め 切り干し大根の酢の物 ご飯 味噌汁	カジキのガーリックステーキ かぼちゃとハムのサラダ ご飯 味噌汁	すき焼き風煮 青菜のポン酢和え ご飯 味噌汁	串カツ めかぶと大根の和え物 ご飯 味噌汁	
19	20	21	22 You&Me 14:00~15:00	23	24 15:00までの開所	25 休館日
昼食会なし	牛肉とごぼうのちらし寿司★ 大根の香味漬け すまし汁	ぶりのカレー照り焼き コールスローサラダ ご飯 味噌汁	海老シュウマイ 白菜の甘酢漬け ご飯 味噌汁	キャベツの豚肉巻き ミックスビーンズとひじきのサラダ ご飯 味噌汁	塩サバのバリバリ焼き 新じゃがの甘辛バター醤油 ご飯 味噌汁	
26	27	28	29 シネマ鑑賞会 14:00~16:00	30 園芸プログラム 13:30~14:30	※4月29日(木)の申込締切は 27日(火)14:30まで となっております。ご注意ください。	
昼食会なし	豆腐ステーキのきのこあんかけ 青菜のからし和え ご飯 味噌汁	白身魚の包み蒸し ブロッコリーとトマトの和え物 ご飯 味噌汁	※竹の子ご飯 若竹煮 竹の子の海老はさみ揚げ お吸い物、デザート	鶏のから揚げ ひじきと人参の煮物 ご飯 味噌汁		

メニュー、プログラム等は、場合により変更させていただく場合があります。食事サービスは、こころ野に登録されている方がお申込みいただけます。
 予約の方法:前日14時半までに予約表に記入もしくはお電話でご予約をお願いします。14時半以降のキャンセルは全額いただきますのでご了承ください。
 大盛りの場合は30円プラスで430円、★がついている日は50円プラスの450円になります。