



ころ野通信

5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 5月 第151号

中川先生による嘱託医相談 5月13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。



★リラクゼーションマッサージ★



初参加の方・前月受けられていない方を優先しています。
3名限定で、希望者多数の場合は抽選(5月10日(月)14時抽選)
となりますのでご了承ください。

- ・日付 **5月17日(月)** ・時間 10:15~11:55
- ・講師 田中典子先生 ※施術箇所は、手・足・背中限定です。

＜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名程)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い致します。ご不明点等ございましたら、ころ野へご連絡ください。

★園芸プログラム★

- ・日付 **5月29日(土)**

春も終わり梅雨の季節になる前に、体を動かしませんか??
今回も草取りなど、ころ野のお庭の整備をしたいと思います。
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 5月27日(木)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。



★ミュージックたいむ★



- ・日付 **5月6日(木)**

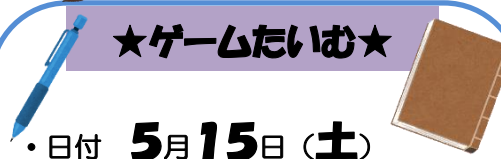
新しいプログラムとしてミュージックたいむを始めます!
申込は不要!音楽が流れるフリースペースで午後のひとときを
ゆったりと過ごしませんか?

- ・時間 13:30~14:30

今月のジャンルは「**Jazz**」(ジャズ)です。
どんな曲が流れるかは当日のお楽しみに!



★ゲームたいむ★



- ・日付 **5月15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。

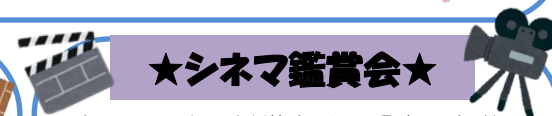
皆さんで楽しくゲームをしませんか?
今月も、感染対策を行いつつ楽しめる
ゲームをしたいと思います。
☆当日参加も大歓迎です!

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く可能性もございます。
あらかじめご了承ください。

- ・日付 **5月27日(木)**
- ・時間 14:00~15:00
- ・場所 ころ野フリースペース



★シネマ鑑賞会★



今回のシネマ鑑賞会は、「清須会議」
を上映します♪※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。

- ・日付 **5月20日(木)**
- ・時間 14:00~16:00
- ・定員 先着8名(要申込)
- ・締切 5月19日(水)閉館まで
- ・参加費 無料

5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>※5月5日(水・祝)の昼食の申込締切は3日(月・祝)14:30 までとなっております。ご注意ください。</p>					1 15:00までの開所	2 休館日
 <p>飛沫感染防止のために、 食事は静かに食べましょう</p>					チンジャオロース キャベツと中華風和え物 ご飯 味噌汁	
3	4	5	6 ミュージックたいむ 13:30~14:30	7	8 15:00までの開所	9 休館日
昼食会なし	白身魚の野菜あんかけ 長芋の海苔ポン酢 ご飯 味噌汁	※五目いなり寿司 アスパラの肉巻きフライ ふきの煮物 すまし汁 柏もち	豚肉の野菜ロール 豆腐と水菜のサラダ ご飯 味噌汁	鶏むね肉のポン酢煮 豆苗とツナの和え物 ご飯 味噌汁	ブリのねぎ醤油焼き 切り干し大根の煮物 ご飯 味噌汁	
10	11	12	13 嘱託医相談 10:00~11:30	14	15 15:00までの開所 ゲームたいむ 13:30~14:30	16 休館日
昼食会なし	鮭ときのこのガーリックバター醤油 キャベツの胡麻マヨ和え ご飯 味噌汁	カオマンガイ(タイ風チキンライス) 小松菜と人参のナムル にら玉スープ	中華風ピーマンの肉詰め 大根とザーサイの和え物 ご飯 味噌汁	カジキのトマトソース コールスローサラダ ご飯 味噌汁	なすとひき肉の四川風 野菜の和え物 ご飯 スープ	
17 リラクゼーション 10:15~11:55	18	19	20 シネマ鑑賞会 14:00~16:00	21	22 15:00までの開所	23 休館日
昼食会なし	肉豆腐 青菜のポン酢和え ご飯 味噌汁	白身魚の胡麻マヨ醤油だれ 小松菜としめじの和え物 ご飯 味噌汁	バターチキントマトカレー グリーンサラダ デザート (★)	竹の子と豚肉の中華風炒め 春雨サラダ ご飯 スープ	鮭のから揚げ おろしポン酢 キャベツの胡麻マヨ和え ご飯 味噌汁	
24	25	26	27 You&Me 14:00~15:00	28	29 15:00までの開所 園芸プログラム 13:30~14:30	30 休館日
昼食会なし						
31	煮込みハンバーグ グリーンサラダ ご飯 味噌汁	タッカルビ (鶏もも肉と野菜のコチュジャン炒め) かにかまときゅうりのごまポン ご飯 スープ	ブリのポン酢焼き きんぴらごぼう ご飯 味噌汁	豚肉の長葱の中華炊き込みご飯 サバ缶と青菜のごまマヨポン スープ デザート (★)	エビと玉ねぎのフライ わかめの酢の物 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。