



都筑区生活支援センター こころ野

運営時間・閉館日

月曜～金曜 9:00～20:00
 土曜日 9:00～17:00
 閉館日 日曜日、年末年始(12/29～1/3)

フリースペース利用時間

月曜～金曜 9:00～18:00
 土曜日 9:00～15:00

こころ野通信 11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 <https://www.tuduki.jp>
 2021年 11月 第157号



【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。
 ★今後の社会情勢によっては、**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、こころ野へご連絡ください。

今月の

中川先生による嘱託医相談

11月9日(火) 13:30～15:00

1日3名限定 お一人約30分



事前登録・予約が必要です。詳しくはこころ野へお問い合わせください。

You&Me

11月25日(木)

14:00～15:00

場所 こころ野フリースペース

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♪



シネマ鑑賞会

11月23日(火/祝)

14:00～16:00

場所 こころ野フリースペース

締切 定員に達し次第、締切

定員 8名(要申込)



今月の上映内容：「コンフィデンスマンJP～プリンセス編～」



リラクゼーション マッサージ

11月8日(月)
10:15~11:55

場所 ころろ野フリースペース
講師 田中典子先生

※施術箇所は、手・足・背中限定です。



初参加の方・前月受けられ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(11月1日(月)14時抽選)
となりますので、ご了承ください。

外出プログラム

11月17日(水)
13:30~14:30

行先 せきれいの道~茅ヶ崎公園
締切 11月16日(火)閉館まで
定員 5名



少し寒い季節となってきましたが、
紅葉の時期に、緑道の景色を眺めながら散歩をしませんか？

※雨天の場合は中止となります。 ※当日は歩きやすい服装にてご参加下さい。

ピアを語る会

11月12日(金)
14:00~15:00

場所 ころろ野フリースペース
コーディネーター 伊東秀幸先生
定員 5名(要申込・先着順)



「最近はこんな気分」「こんな時、他の人はどうしているの？」など皆さん
と色々なお話を共有出来たらと思います。見学だけの参加も可能です。

園芸プログラム

11月6日(土)
13:30~14:30



場所 ころろ野縁側

※荒天中止、少雨実施
※当日は汚れてもいい服装で
お越しください。

ミュージックタイム

11月4日(木)
13:30~14:30



場所 ころろ野フリースペース
申し込み不要

今月の音楽

「リラクゼーションミュージック」

曲は当日のお楽しみに！

※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。