

ホルト・長沢だより 6・7月号

もうすぐ梅雨ですね。食中毒になりやすい時期ですので、みなさん気を付けてくださいね。

6月 

月	火	水	木	金	土	日
						1
2	3 13:00~ ゲームの日	4	5	6	7	8
9 13:00~ ミーティング	10	11	12	13	14	15
16	17	18 13:00~ 屋内スポーツ の日	19	20	21	22
23	24	25	26	27 12:00~ 外出レク 生田緑地	28	29
30						

ゲームの日 6月3日(火) 13:00~

ホルトで用意したボードゲームやカードゲームなどを皆でやってみませんか♪
ぜひ参加してみてください。

ミーティング 6月9日(月) 13:00~

ホルトのことについて皆さんで話し合いましょう

屋内スポーツの日 6月18日(水) 13:00~

ホルトの地下で卓球かパターゴルフかボーリングをやる予定です。
ぜひみなさん参加してください!

生田緑地レク 6月27日(金) 12:00~(仮)

12時にホルトを出発し、お弁当を食べて生田緑地を散策する予定です。
雨天決行を予定しています。また近くなりましたら、ホルトに詳細を掲示します。

ホルトからのお願いとお知らせ

- ★令和5年9月2日(土)から土曜日の昼食の人数制限を撤廃しました。平日と同じく1食200円です。申し込みは当日の10時20分までに、キャンセルも同様です。
- ★ホルト来所時の検温、手洗い、消毒は引き続きお願いします。
感染予防のため、三密(密閉・密集・密接)にならないよう、ご協力お願いいたします。
- ★館内は常時換気を行っています。

ホルト思い出写真



スイーツの日 🍰

今回はストロベリーキャラメルパフェ、ミルクレープ、スフレチーズケーキ、濃厚ショコラショートでした♪

18:00~20:00 までは夜間電話
090-8726-9456 にて対応しています

地域生活支援センター ホルト・長沢

〒214-0035 川崎市多摩区长沢 1-5-14
TEL 044-976-4123 FAX 044-975-6690

ホルト利用について

昼食の申し込み

1食200円 当日の10:20までにご連絡下さい。

土曜の昼食サービスについて

令和5年9月2日より、平日と同じく人数制限はなくなりました。

※キャンセルは申し込みと同じく当日10:20までです。

それ以降のキャンセルはキャンセル料(200円)がかかります。

※食事は14:00まではお取り置きしますが、それ以降は食中毒の危険があるため処分させていただきます(その場合もキャンセル料200円が発生しますのでお気をつけください)。

★現在、昼食サービスは使い捨ての弁当箱での提供となっています。

洗濯機の利用 ご利用の際は職員までお申しつけ下さい♪

1回につき100円

開所について

悪天候の場合や社会状況により、ホルト長沢が急遽お休みになることがあります。また、開所時間を変更させていただく場合もあります。ご理解の程、よろしくお願い致します。

フリースペース利用について

月・水・金・土： 10:00~17:30まで

火・木： 10:00~20:00まで



月	火	水	木	金	土	日
	1	2	3	4	5	6
7 13:00～ 山下さんのプログラム	8 12:30～ 和みの手当て	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21 海の日	22	23	24	25 15:00～ スイーツの日	26	27
28	29	30	31			

山下さんのプログラム 7月7日(月) 13:00～
 山下さんが心理的に役立つプログラムを行なってくれます。
 今回は「休養学」です。
 皆さん、ぜひ参加してご自身に当てはめて考えてみてください。

和みのてあて(和みのヨーガ) 7月8日(火) 12:30～
 なでたり、さすったりするだけの世界一簡単なヨーガです。椅子に座っていてもOKです。
 激しい運動はしませんのでご自分のペースで過ごせます。
 ボランティアの先生が教えてくださります。その時々で少しずつ内容も違うので毎回楽しいですよ♪

スイーツの日 7月25日(金) 15:00～ →スイーツ屋さんの都合により変更の可能性あります
 シャトレゼさんのスイーツを用意しています 🍰 参加費 300円です。今回も定員を設けさせていただきます。
 詳しくはスタッフまでご確認ください。2日前までに参加のご連絡をください。受付は7月11日(金)から行います。
 尚、定員8名に達しましたら受付を締め切らせていただきます。