



3月のイベント予定

ウォーキングイベント

～ 所長と歩こう 小机城址市民の森 ～

今回のウォーキングイベントは、JR新横浜駅の隣のJR小机駅から、小机城址市民の森へウォーキングします。

駅から徒歩15分位の距離ですが、城跡は公園になっており約30分散策します。城址は本丸・二の丸・空堀・土塁などが残された小高い丘になっており、なかでも、空堀(水を張らないお堀)の深さに圧倒されます。美しく手入れされた竹林は京都・嵯峨野を思い起こさせると言われています。

この機会にぜひ一度訪れてみてはいかがでしょうか！

日時: 3月11日(土)13:00～14:00

雨天中止

集合: JR横浜線小机駅 改札出口(5分前までに集合)

定員: 5名

申込: 2月24日(金)～3月10日(金)

来館または電話(475-0127)にて受付。

※詳細はセンター便り3月号でお知らせします。

3月のイベント予定

おはなしもだ 季節を楽しむおさんぽ会

「日吉」の名はこのお寺から??

神奈川県唯一の横綱にも縁がある金蔵寺周辺をおさんぽします。運がよければ桜が咲いているかも。

日時: 3月23日(木)13:30～15:00

市営地下鉄グリーンライン「日吉本町駅」に集合。

費用: 無料

定員: 10名

申込: 下田地域ケアプラザの窓口または

電話(045-563-9081)にて申し込み。(担当: 井上)

※申込日時等、詳細は、センター便り3月号にてお知らせします。

※雨天時は従来の“おはなしもだ”になります。

新型コロナ感染状況によって、中止となる場合があります。

主催: 下田地域ケアプラザ

共催: 港北区生活支援センター



イベントのご報告

12月フラワーアレンジメント

12月3日(土)フラワーアレンジメントを行いました。

13:00と14:30の二部制でしたが、どちらの時間帯も定員一杯の申し込みをいただきました。

皆さま楽しい時間を過ごされ、初めて参加の方も、先生のご指導のもと素敵なアレンジメントができました。



1月初詣

1月6日(金)篠原八幡神社へ初詣に行ってきました。

少し坂道もあったため途中でお茶休憩をはさみながら、和気あいあいと徒歩で神社へ。神社では、参拝者も多くお正月ムードいっぱいの中、お詣りをしたり、おみくじを引いたり、お守りを買ったり…。それぞれの時間を過ごしました。

お天気も良く、ほどよい散歩にもなり、皆さまから「楽しかった」との感想をいただきました。



昨年12月のクリスマスメニュー



お正月のおせちメニュー

メインは
具だくさんのお雑煮です。

ゆったりしたフロアで、美味しい夕食はいかがですか

港北区生活支援センターでは、夕食サービスの申し込みの上限はありません。ゆったりしたフロアで、ゆっくりと召し上がることができます。

通常400円

月初日は300円、イベントメニュー500円です。

どうぞ、お申し込みください。スタッフ一同お待ちしております。

申し込み専用電話: 045-475-0127 (当日分は午後2時まで)

1週間前から予約が可能です!!



港北区精神保健福祉ボランティアG そら 俳句仲間・道灯かり

俳句会から、参加者の皆さまが詠んだ俳句を寄せていただきました。
今月は一月の句会にて詠まれた俳句を紹介します。



旧友と安否問い合う賀状かな	亡き父の行書によせて初硯	破魔矢とる若き巫女の手薄衣	横ならびスマホ構えて初日の出	援農の菜っ葉を入れて雑煮膳	身だしなみこそ若さの秘訣初鏡	独り居の元旦の空蒼青と	煩惱の一瞬消ゆる初日かな	初夢の中で着る服選びけり	初湯して桃色に肌染まりけり	元日や待ち並んでも神社へと	儘ならぬ指の厨の去年今年	繰り返す日々の幸せ去年今年	せっかくの書初め仕損じがっかりす	僻地赴任父母の出会いや去年今年	初詣ここやかしこで恵比須顔
かりん	銀河	綾とり	愛一郎	○樹	拓庵	幸	清流	花朶	風花	勝治	ハツ	りか	空飛	三猫	天明

初夢や亡き恋人の背を追いて

桜歌

初詣恋愛運は大吉だ

延久

初春や我がゆく道を見すえつつ

常而

初凧や一湾一艘いち漁師

灯鬼行

今回掲載した作品は、それぞれ作者の方が一月の季語を選んで詠んだ句です。各作品の太字の部分が季語となっています。

そのうちのいくつかを解説いたします

初硯 はつすずり

新年に初めて硯を使うこと。

初鏡 はつかがみ

新年になって初めて鏡に向かって化粧すること。

初湯 はつゆ

年が明けてはじめて風呂に入ること。

去年今年 こぞことし

大晦日の一夜にして去年と今年が入れ替わること。

初凧 はつなぎ

元日の風も波もないおだやかな海。

「俳句仲間・道灯かり」連絡先

代表 灯 鬼行

michiakari.yukihana@gmail.com

ご興味のある方はご連絡下さい



令和5年 2月 夕食サービス献立

港北区生活支援センター

夕食の注文は午後2時までです。予約は、専用ダイヤル（045-475-0127）で受け付けています。支援センターのホームページ（<https://yccc.jp>）からも、当日分の注文ができます。ぜひご利用ください！！

《夕食サービスの利用方法》

- ★一食400円です。夕食時間は午後6時から午後7時までです。
- ★夕食の注文は当日の午後2時までです。
- ★当日午後2時以降のキャンセルにはキャンセル料が発生します。
- ★キャンセル料は食事代の全額負担をお願いいたします。
- ★ご飯の小盛りを希望される方は、夕食注文時にお申し出下さい。
- ★食材の仕入れ状況により献立内容を変更する場合があります。

★ご飯の量は選べます

普通盛り…250g
小盛り…170g



日	月	火	水	木	金	土
			1 300円メニュー チャーハン スープ	2 チキンのトマト煮 サラダ ご飯 スープ	3 ちらし寿司 すまし汁 福豆	4 夕食なし
5 休館日	6 鮭のフライ サラダ ご飯 味噌汁	7 ホイコーロー サラダ ご飯 味噌汁	8 ハヤシライス サラダ スープ	9 すき焼き風煮 漬物 ご飯 味噌汁	10 酢豚 和え物 ご飯 味噌汁	11 夕食なし
12 休館日	13 チキンピカタ サラダ ご飯 味噌汁	14 麻婆豆腐 サラダ ご飯 スープ	15 鶏の照り焼き 煮物 ご飯 味噌汁	16 肉野菜炒め 煮物 ご飯 味噌汁	17 カレーライス サラダ スープ	18 夕食なし
19 休館日	20 コロッケ サラダ ご飯 スープ	21 焼鳥丼 サラダ 味噌汁	22 豚キムチ サラダ ご飯 味噌汁	23 焼き魚 煮物 ご飯 味噌汁	24 鶏のから揚げ サラダ ご飯 味噌汁	25 夕食なし
26 休館日	27 肉じゃが お浸し ご飯 味噌汁	28 炊き込みご飯 煮物 味噌汁	<p>積雪など気象状況によるサービス中止について 積雪、豪雨など気象状況悪化により公共交通機関の混乱などが予想される場合、ご利用者の帰宅時における安全確保のために、夕食サービスを中止したり、閉館時間を早める場合があります。 判断に迷う場合は、お電話にてお問い合わせください。</p>			

夕食サービスのご利用について

センターでは、食中毒防止など衛生管理上の観点から、夕食サービスを申込みされた方は、午後7時までに食べ終えて頂くようお願いをしています。

