

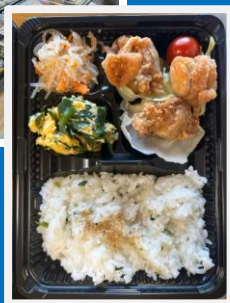
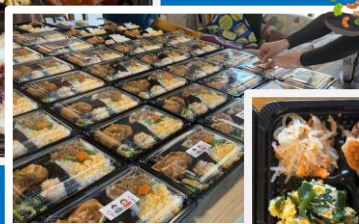
日曜弁当

ゆらりん家 地域開放

日曜日12時から販売
(11/30はお休みです)

ゆらりん家自慢のお弁当を販売
ボランティアさんが腕によりをかけて調理
取りに来るのが難しい方は配達します
調理や配達のボランティアさん募集中

直前の金曜までに
予約が必要です



1食350円



土曜日は
自然と触れあおう

日曜日の催し

日曜日は
ゆらりん家で
楽しもう

歌声喫茶 11/9 11:00

健康体操 11/16 11:00

健康日舞 11/23 11:00

参加費無料

健康ウォーク

11/8(土) 布田道を歩くコース

黒川～布田道～セレスモス～地神塔
～毘沙門天堂～富士塚～別所小野路～薬師堂

集合: 9:00 鶴川駅北口やすらぎ公園

ご参加には予約が必要です
参加費50円/回(保険料等)
交通費自己負担



12月は13日(土) 奈良灰谷戸コースです

第3水曜日は
ゆらりん家に集合

11/19(水)
16:30～18:30

こども食堂

だけじゃない

大鍋で作るカレーライス
甘口と中辛あります
100食限定 なくなり次第終了
こども100円 おとな200円
マイボトル持参でお願いします



地域の農家の皆さま
食材の差し入れお待ちしております
規格外品大歓迎!



さんかくガーデン みんなでお手入れ

11/16(日) 9時 持ち物: 園芸用手袋・鍬・移植ごて



朝は元気に
体操しよう



●岡上第2公園体操 (すぎのこ保育園横)
毎週金曜日9時半～ 自由参加

●岡上西町会公園体操 (和光大学内広場)
毎月第1・第2土曜日9時半～ 自由参加

●サンメルトでの ラジオ体操

毎週火曜9時45分 自由参加



ゆらりん家は川崎市生活支援コーディネーターとして岡上地区を担当しています
あなたの周りの気になる方について ご相談は無料、秘密厳守でサポートいたします

ゆらりん家 yurarin-chi

<https://yurarin.jp/yurarinchi/>

住所: 川崎市麻生区岡上710-1

問合せ/申込: 080-7484-9055 (七川・林田)
(平日9時～17時)

いつまでも、自分らしい暮らしを続けられるように

あんしん暮らし サポート

ライフサポーターワーカーによる地域参加の支援



POINT
1

自分らしい暮らしを送るために
できることを一緒に考え、
安心した暮らしを実現する
応援をします。

POINT
2

ライフサポーターワーカーが、知人・友人、
ご近所とのお付き合い、地域の行事
やサロン(通いの場)をご紹介します、つな
がり切れないよう、お手伝いします。

※ライフサポーターワーカー(LSW)

安心して地域で生活するために閉じこもりや孤独・孤立を予防し、ご自身ができることを一緒に考え、やっ
てみたい・行ってみたいを実現する、川崎市独自の仕組みです。

できることやしたいこ
とを一緒に考える。

できることを続けたり、
やりたいことがまたでき
るような伴走的な支援。

できないことがあつ
ても、安心して暮らせ
るお手伝い

- 期 間：概ね6か月（予定よりも早く終了する場合があります）
- 場 所：ご自宅や外出先など
- 内 容：困りごとや悩み事をお聞きし、望む暮らしを実現するための
行動計画（支援プラン）の作成。
生活状況のみまもりや、地域での居場所づくり。
持っている力を活かす地域参加支援。
- 備 考：原則無料ですが、一部実費負担等がございます。詳細はお問い合わせ
ください。

岡上地区の担当はゆらりん家 080-7484-9055

林田・七川・岩崎