


# 地域交流だより ほーぷサロン 2025 keijiban 3月号

地域交流のお問い合わせ、各サークルへのご連絡は営業時間内(9時半～16時半)に下記の番号までお願いいたします。

☎ 072(289)5540  
FAX 072(289)5995




公式SNSで最新情報をチェック!!

Follow me! @DAY\_S\_HOPE デイサービス  
@HOPECAFE.2023 ほーぷカフェ



LINE 友だち募集中

福祉ワーカーズほーぷ ほーぷサロン ほーぷカフェ  
ライン @963ziyqj  
急なサークルやイベントの中止連絡なども通知していますので、登録をお願いします。



■災害時対応について  
朝7時に堺市に大雨、防風等、警報が1つでも発令されましたら、各サークル・イベントはお休みとなります。  
※7時以降、解除されましてもお休みです。

月	火	水	木	金	土	日
3 デイ 9:00-16:00 	4 デイ 9:00-15:30 ちくちく 14:00-16:00 	5 デイ 9:00-15:30	6 デイ 9:00-16:00	7 デイ 9:00-15:30	8 読書会 14:00-15:30 	9
10 デイ 9:00-16:00	11 デイ 9:00-15:30 ちくちく 14:00-16:00 	12 デイ 9:00-15:30	13 デイ 9:00-16:00	14 デイ 9:00-15:30 	15	16
17 デイ 9:00-16:00	18 デイ 9:00-15:30 ちくちく 14:00-16:00 	19 デイ 9:00-15:30	20 デイ 9:00-16:00 春分の日 	21 デイ 9:00-15:30	22	23
24 デイ 9:00-16:00	25 デイ 9:00-15:30 ちくちく 14:00-16:00 	26 デイ 9:00-15:30 ご近所会 	27 デイ 9:00-16:00	28 デイ 9:00-15:30	29	31
31 デイ 9:00-16:00						

## 地域交流だよりほーぷサロンkeijiban 発行終了のお知らせ

デイサービスの時間延長に伴い、ほーぷサロンでの地域交流行事の頻度が減り、読者も減少しておりますので、2025年3月号をもって、「地域交流だよりほーぷサロンkeijiban」の発行を終了させていただきます。長らくご愛読いただいた皆様、ありがとうございました。

### keijiban発行終了に伴う掲載場所変更のお知らせ

- 俳句教室の作品は、今後、ほーぷカフェTimezに掲載します。
- サロンの行事予定は、ほーぷカフェTimezに枠を作ってそこに掲載します。

今後とも  
よろしくお祈りします。


### 地域交流行事の会費、参加費について(2025年4月～)

入会金 1,000円  
特典:参加費割引 送迎サービスの利用  
送迎サービス:自宅往復600円 片道300円 3日前までに要予約

サークル参加費  
ちくちくくらぶ 会員300円 一般400円  
ふまねっと運動 会員500円 一般600円  
俳句教室 会員500円 一般600円

送迎予約、参加申し込み・キャンセルは、平日9時半～13時  
電話072-288-4715 ほーぷカフェまで  
または、ほーぷLINE公式アカウントにて

よろしくお祈りします



【発行者】NPO法人福祉ワーカーズほーぷ  
◆ほーぷサロン (月～金 9:30～16:30)  
【ホームページ】<http://i-hope.info/>  
【発行日】2025年2月26日

ホームページ






2025年3月

月	火	水	木	金	土	日
ほーぷランチ ほーぷ弁当					1 1F カウイスムージー	2
3	4	5 1F つどい場わっ香	6 2F 書道教室 1F ミニデイ	7	8	9
10	11 1F カウイスムージー	12 1F 俳句教室	13 2F 書道教室 1F ミニデイ	14	15 1F にじのかけはし	16
17	18	19 1F つどい場わっ香 栄養相談	20 1F ミニデイ	21 1F カウイスムージー	22 第3水曜日午後 管理栄養士による栄養相談あり お気軽にお尋ねください!	23
24	25	26 1F パソコン・スマホ	27 1F ミニデイ	28		減塩

**ほーぷカフェ HTimez**

荒山公園の近くにあるコミュニティカフェです  
野菜たっぷり手作りランチでほっこり気分!  
介護や健康、子育ての相談もお気軽にどうぞ!



〒590-0105 堺市南区竹城台4-15-12 TEL: 072-288-4715 FAX: 072-288-4716

ほーぷカフェの営業時間 11時～14時

**レンタルキッチン**



3月15日(土) 11-15時  
にじのかけはし(手話のあるカフェ)

3月5日・19日(水) 11時半-14時半  
つどい場わっ香(ランチ、介護相談)

3月1日(土) 11日(火) 21日(金)  
11時-15時  
カウイスムージー(占いカフェ・温活スープ)

3月6日木～  
ミニデイほーぷカフェ OPEN!!

**イベント** 毎週木曜日14時～16時  
第2(水) 14-15時30分  
俳句教室 参加費 会員500円 一般600円

第4(水) 13-15時  
パソコンスマホ相談 ワンドリンク制

第2・4(金) 14-15時30分  
ふまねっと運動 3月はお休みです

第1・2・3(木) 13時30分-15時  
書道教室 講師: 高橋かよみさん  
コースにより受講料変わります。1回1,000円

**レンタルスペース**

★1Fキッチン食堂部分のレンタル  
食品衛生責任者の資格をお持ちの方は  
カフェ営業していただけます。

利用料金 1回3,000円(6時間まで)

★食堂部分のみのレンタル  
セミナー、展示会、イベントなど  
利用料金 1,000円/h

★2Fフロア部分のレンタル  
会議、教室、ワークショップなど  
利用料金 1,000円/h

オンライン設備あり

★雑貨などの販売委託  
委託料 15%



@HOPECAFE. 2023



**カフェお弁当**

1個から配達します!



☆日替りランチ・オムライス定食 800円  
ドリンク、デザートもありません



☆日替り弁当  
ご飯付き650円 おかずのみ600円  
※定期宅配あり週1回～配達料なし  
見守り、口座引き落とし対応



配達料  
1回50円  
※堺市南区内



# 3月メニュー月・水・木



お電話またはLINEでご予約できます



## 072-288-4715



月	火	水	木	金	土
					1 カウイ スムージー ランチ・カフェ 
3 散らし寿司 鱈の野菜甘酢あん かけ 青菜のお浸し	4	5 スペインオムレツ 炒めきのこのマリネ <small>キャベツとツナのカレー蒸し煮</small> つどい場わっ香 ランチ・カフェ	6 煮込みハンバーグ スパゲティサラダ ピーマンの昆布あえ	7	8
10 肉じゃが ほうれん草と豆腐 の卵とじ 金時煮豆	11 カウイ スムージー ランチ・カフェ 	12 鯖の磯辺揚げ 卵と野菜のオーブ ン焼き 人参の和風サラダ	13 酢鶏 さつまいもと切り 昆布煮物 大根とわかめの酢物	14	15 にじのかけはし ランチ・カフェ 
17 豆腐入りチキンナ ゲット ジャーマンポテト <small>ピーマンとわかめの生姜煮</small>	18	19 鶏胸肉の龍田揚げ 高野豆腐の卵とじ ブロッコリーの梅肉あえ つどい場わっ香 ランチ・カフェ	20 鶏肉だんごの煮物 野菜のてんぷら <small>ピーマンと人参のごまあえ</small> カフェ休み	21 カウイ スムージー ランチ・カフェ 	22
24 わかさぎのフライ 切干大根とツナのサラダ 青菜のお浸し	25	26 豚肉の生姜焼き じゃがいものマヨ グラタン 青菜のごまあえ	27 マーボー豆腐 コロケ きのこのおかか煮	28	29
31 鶏ときのこの治部煮 <small>ほうれん草とコーン炒め物</small> 人参ともやしのカ レー酢					

※メニュー内容は仕入れ状況などにより予期なく変更する場合がございます。  
※汁物は店内でお召し上がりのみで、宅配、お持ち帰り弁当にはつきません。