

# 港南区生活支援センターだより

2017年  
8月号

発 行：横浜市港南区生活支援センター  
 住 所：横浜市港南区港南 4-2-7-3F(市営地下鉄 港南中央徒歩5分)  
 電 話：045-842-6300  
 F A X：045-840-0313  
 ホームページ：<http://www.aotori-y.jp/ko-nanssc/>  
 開 館 時 間：午前9時～午後9時  
 休 館 日：毎月第3月曜日(第3月曜日が祝日の場合は翌日の火曜日)  
 電話相談時間：10:00～14:00、15:00～20:00



## 休館日のお知らせ8月21日(月)です。

太陽がサンサンと降り注ぎ、澄んだ青空が広がる夏が到来しました。耳をすませると祭ばやしや花火、風鈴の音が聞こえてきます。暑い日が続いていますので、熱中症などにお気を付けください。是非、涼みにセンターへ足をお運びください！センターでは、冷房をつけて、皆さんのお越しをお待ちしています！

### 初めてセンターを利用される方へ

初めてセンターを利用される方やプログラムに参加される方は、利用のご説明とご案内をさせていただきますので、事前にご連絡くださいますよう、よろしくお願いいたします。

### 電話相談をなさる方へ

午後1時30分～午後2時30分までは、夕食サービスの申し込みを優先させていただいております。ご了承の程、よろしくお願いいたします。

### 夕食サービスをご利用される方へ

円滑な施設運営のために、夕食は午後8時までにお召し上がりください。また、午後7時30分までにご来館、またはご連絡がない場合は、キャンセル扱いとさせていただきますので、ご了承ください。

☆  
おねがい  
☆

## 【8月の予定】 週に2回、午前9時30分から港南区内の日中活動事業所の皆さんに 所内清掃をお願いしています。 ※予定が変更になる場合がございます。あらかじめご了承ください。

日	月	火	水	木	金	土
		1 <所内清掃>	2	3 <所内清掃> 嘱託医相談 桑折先生 14時30分～	4	5 ピア活動・当事者 活動を考える会 16時00分～
6	7 Withカレーの日 11時45分～	8 <所内清掃>	9	10 <所内清掃> 嘱託医相談 武田先生 14時30分～	11 山の日	12
13 ハンドマッサージ 15時00分～	14	15	16	17 嘱託医相談 一村先生 14時30分～	18	19 登録更新説明会 15時00分～
20	21 休館日	22 <所内清掃>	23	24 嘱託医相談 木村先生 14時30分～	25 <所内清掃>	26 うたサークル 16時00分～
27 納涼会 14時00分～	28	29 <所内清掃>	30	31 <所内清掃>		

## ◆嘱託医相談（無料）◆

桑折先生（8月 3日：木曜日） ①14時30分～ ②15時10分～ ③15時50分～  
武田先生（8月10日：木曜日） ①14時30分～ ②15時10分～ ③15時50分～  
一村先生（8月17日：木曜日） ①14時30分～ ②15時10分～ ③15時50分～  
木村先生（8月24日：木曜日） ①14時30分～ ②15時10分～ ③15時50分～

完全予約制です。1日3名まで。当センターでの受付の他、電話予約も出来ます。  
※予約は当月と次月のみ受付けます。ご了承ください。



## ◆日常生活相談・家族相談◆

開館時間中随時、センター職員に面接・電話でご相談できます。

## Withカレーの日♪

精神保健ボランティア団体のWithさんによる昼食会です！

8月7日（月） 11時45分～13時30分 1食 200円



## ピア活動・当事者活動を考える会

お試し かき氷会

8月5日（土）16時00分～17時00分

◆場 所：港南区生活支援センター 集会室

※参加申込み・事前予約不要です。当日、直接お越しください。

※かき氷にかけるシロップやジャムなどはご自身でお持ちください。

<前回のピア会は・・・>

KJ法やバタフライテストで出てきたアイデアを、どのようにしたら実行することができるかを整理しました。今回は、いざ！お試しかき氷会を行ってみます。

KJ法…文化人類学者の川喜田二郎（東京工業大学名誉教授）がデータをまとめるために考案した手法

- ①1つのデータを1枚のカードに要約して記述する。 ※1枚に1つのデータだけ。複数書き込まない。
- ②印象が似ているカードをまとめ、いくつかのグループを作る。 ※似たものがないカードは、無理にグループ化しない。
- ③まとめたグループに見出しを付ける。
- ④見出しの内容が似ているグループをまとめ、大きなグループを作る。
- ⑤グループ化されたカードの束を並べ、見出しの内容をよく読み、意味関係の配置を見いだす。
- ⑥グループ同士を線でつないだり（相互、対立、原因・結果の関係などを表す）、囲んだりして図解する。

バタフライテスト…グループでアイデアを評価するときに用いられる。

- ①カラーラベル（シール）を配る。 ※評価基準ごとに色を分け、それぞれ3枚配る。
- ②色それぞれの意味合いを決め、確認。 ※使いきらなくてOK、自分のアイデアへの投票もOK
- ③投票する。



# ハンドマッサージ

8月13日(日) 15時00分～16時00分

◆場 所：港南区生活支援センター 集会室

※無料で参加出来ます。

※同性での施術となる為、男性ボランティアさんがいらっしゃらない場合は男性へのマッサージはできません。

※詳細については、港南区生活支援センターまでお問い合わせください。

8月は女性ボランティアさんが  
いらっしゃる予定です！

# うたのサークル「ひまわり」

8月26日(土) 16時00分～17時00分

◆場 所：港南中央地域ケアプラザ 地域ケアルーム

※参加申込み・事前予約不要です。当日、直接お越しください。

ボランティア講師、山田さんの伴奏にのせて楽しく歌をうたいませんか？  
どなたでもお気軽にご参加ください♪

担当職員：鈴木ようこ

# 納涼会

8月27日(日) 14時00分～16時00分

◆場 所：港南区生活支援センター 集会室

◆内 容：5日(土)の「ピア活動・当事者活動を考える会」で検討し、決定いたします。

詳細は、後日館内に掲示いたしますので、ご確認くださいませよう願いたします。

みんなで会を楽しみ、夏の暑さを吹き飛ばしましょう！！  
沢山の方のご参加、お待ちしております！！

※ご不明な点等ございましたら、職員にお問い合わせください。

# 登録更新について 利用者の皆様へご案内

日ごろから、港南区生活支援センターをご利用頂きまして、誠にありがとうございます。

横浜市健康福祉局の指示により、平成27年4月から開始されておりました「登録更新」を、当センターでも平成29年4月1日より行っております。

お手数をおかけすることとなり申し訳ありませんが、登録の継続を希望される方は下記の内容をご確認の上、ご予約をお取り下さいますようお願いいたします。

◆日 時：8月19日(土) 15時00分～

◆場 所：港南区生活支援センター 集会室

◆更 新：3年ごと、登録月に更新を行う(前後1か月の猶予期間有り)

◆方 法：①説明会による、利用ルールの再確認(30分程度)

②同意書及び利用申込書の記載

③職員による記載内容の確認(5～10分程度の面接)

※登録更新説明会は「予約制」となっております。お電話、もしくは受付にてご予約をお取りください。

※更新されていない場合、有料サービスをご利用される際に改めて手続きのお時間をいただくようになります。

予めご了承くださいませよう、お願いいたします。

※ご不明な点等ございましたら、職員にお問い合わせください。