

港南区生活支援センターだより 2019年

発行 : 横浜市港南区生活支援センター
 住所 : 港南区港南4-2-7 3F (地下鉄 港南中央駅徒歩5分)
 電話 : 045-842-6300 FAX: 045-840-0313
 ホームページ : <http://www.aotori-y.jp/yokohama-south-seikatsushien/>
 運営時間 : 月火木金土 9時~20時 日曜日 9時~17時
 フリースペース : 月火木金土 10時~19時 日曜日 10時~16時
 休館日 : 毎週水曜日 年末年始(12月29日~1月3日)
 電話相談 : 月火木金土10時~12時/14時~19時 日曜日9時~16時



© dak

7月は梅雨が長引き、太陽があまり顔を出さない日が続きましたが、今は夏本番です。皆様には夏バテなどしないよう、体調管理をお心がけください。センターは7月1日から運営時間などが変更となりました。引き続きご協力をお願い申し上げます。

センターの利用をご検討中の方へ

初めてセンターをご利用の際には、利用案内をさせて頂いております。ご予約のない場合には、再度ご来館をお願いすることもございますので、事前にご連絡をお願いいたします。

夕食サービスをご利用の方へ

- ★夕食サービスの申し込み・キャンセルは前日から当日の14時までをお願いいたします。
- ★夕食は、19時までにお召し上がりください。

休館日は毎週水曜日です。

週に2回程度、午前9時30分~11時30分に、地域の日中活動事業所の方々に、所内清掃をお願いしています。(清掃の日程は変更になる場合があります)

日	月	火	水	木	金	土
				1 	2<所内清掃>	3
4 フリースペース 10:00~16:00	5 11:30~13:00 Withカレー 15:00~ 嘱託医相談 田頭 Dr	6<所内清掃>	7 休館日	8 14:30~ 心理相談 大坪氏	9<所内清掃>	10 15:00~16:00 絵を描く集い 16:00~17:00 ピア活動・当事者 活動を考える会
11 山の日 フリースペース 10:00~16:00	12 振替休日 9:00~11:00 定期清掃(ワックス)	13 15:00~17:00 ソフトボール (日野中央公園)	14 休館日	15	16<所内清掃>	17
18 フリースペース 10:00~16:00	19	20<所内清掃>	21 休館日	22	23<所内清掃>	24 15:00~16:00 ハンドマッサージ
25 フリースペース 10:00~16:00	26	27<所内清掃>	28 休館日	29 14:30~ 心理相談 大坪氏	30<所内清掃> 13:00~15:00 ソフトボール (新杉田公園)	31 13:00~15:30 おやつクラブ

月火木金土のフリースペースは10時~19時です。

モデル事業開始に伴う各種サービスの受付時間について

横浜市のモデル事業の一環として、当センターは7月1日から運営時間等が変更となっています。

フリースペースのご利用時間は月火 木金土曜は10時～19時、日曜は10時～16時です。

ご不明な点があれば職員までお尋ね下さい。

入浴サービスの 受付は

- ・月火 木金土曜
10時～18時
- ・日曜
10時～15時

洗濯サービスの 受付は

- ・月火 木金土曜
10時～17時
- ・日曜
10時～14時

インターネットサービスの 受付は

- ・月火 木金土曜
10時～18時
- ・日曜
10時～15時

夕食サービスの

受付及びキャンセルは

- ・前日から当日の14時まで
(火曜日は木曜日の
お申し込みが出来ます。)
- ・お食事は19時まで
にお召し上がり下さい。

電話相談は

月火 木金土曜は 10時～12時 14時～19時
日曜は 9時～16時



精神保健ボランティア団体 Withさんによる昼食会です

8月5日(月)
11時30分～13時00分頃まで

- ・売切次第終了
 - ・一食200円
- 予約は不要です。
どなたもお気軽にお越しください。

Withカレーの目♪



◆ 嘱託相談 ◆

無料にて、**医師** または **臨床心理士** による相談を行っております。

- ・完全予約制です。当センターでの受付の他、電話予約も出来ます。
- ・未登録の方、ご家族の方もご相談いただけます。

※予約は当月と次月のみ受け付けます。

- 嘱託医相談 / 1回40分 (日野病院 田頭先生)
8月5日(月) ①15時00分～ ②15時40分～ ③16時20分～
- 心理士相談 / 1回50分 (堀口クリニック 臨床心理士 大坪氏)
8月 8日(木) ①14時30分～ ②15時30分～
8月29日(木) ①14時30分～ ②15時30分～

ピア活動・当事者活動を考える会

ピア活動を考える会は、みなさんで作り上げる活動です。出入り自由、どうぞお気軽にお越しください。

《前回のピア会は・・・》

- ・「絵を描く集い」を開催しました。野菜や花を描く人、夢を描く人、それぞれに楽しめました。
- ・モデル事業の実施後のセンターについて、思うことを話し合いました。
- ・他の居場所についての情報を出し合いました。実際に見に行こうというアイデアも出ました！

《8月のピア会は・・・》

- ・盛夏のピア会にふさわしく、アイスを買ってきて食べながらミーティングをしようということになっています。100円程度の実費の負担をしていただきます。皆様ご参加お待ちしております。



8月10日(土) 16時00分～17時00分、「絵を描く集い」も15時00分より開催

場所：港南区生活支援センター 集会室

※ 参加申し込み・事前予約は不要です。直接お越しください。 担当職員：外山・翁長・赤坂



ソフトボール

8月13日(火) 15時00分～17時00分

◆場所：日野中央公園 主催：当センター

8月30日(金) 13時00分～15時00分

◆場所：新杉田公園 主催：磯子ファイターズ



8月のフットサル はお休みです

<参加にあたって>

参加の際は担当者まで、ご連絡ください。
また原則当センターでの登録が必要となります。
担当：外山・佐々木

ハンドマッサージを体験してみませんか？

8月24日(土) 15時00分～16時00分

○ 場所：港南区生活支援センター 集会室

今月も看護学生さんがハンドマッサージに来てくれます！

※ 参加申し込み・事前予約は不要です。当日、直接お越しください。

※ 同性による施術となります。

ボランティアスタッフは女性中心ですが、男性ボランティアが参加できることもありますので、詳しくはセンターまでお問い合わせください。

担当：小林



おやつクラブ

おやつクラブ、3回目です。おかげ様でとても好評です。2ヶ月に1回、材料を買いに行って、作って、食べます！

夏にふさわしく、冷たいおやつがいいなあー！の声にお答えして、

『ティラミス風グラスデザート』を作りましょう。

8月31日(土) 13時00分～15時30分 (予定です 多少前後あり)

場 所： 港南中央地域ケアプラザ 調理室 (当センターの2階)

参加費： 150円 (参加費は当日集めます)

持ち物： エプロン 三角巾 (無料の貸し出しもあります)

定 員： 7名 (申し込みは前日まで受け付け。参加者が3名に満たない場合は中止)

講 師： 生田目さん

担当職員：翁長・赤坂

うたサークル「ひまわり」は、8月はお休みです。

● 8月の定期清掃 ● 8月12日(月) 午前9時00分～11時00分

当センターでは、月に一度ワックス掛けを伴う大がかりな清掃を行っています。フロアを利用される皆さまには、席の移動などご迷惑をおかけいたしますが、ご協力をお願いいたします。
なお、センターは普段どおりご利用いただけます。

