

港南区生活支援センターだより 2020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-yjp/yokohama-south-seikatsushien/>
運営時間 : 月火木金土 9時~20時 日曜日 9時~17時
フリースペース利用時間 : 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



8月より相談専用ダイヤルを新設しています 045-842-6400 (相談のみ)

夕食・入浴・洗濯などのお申し込み・お問い合わせは、
従来通り045-842-6300にてお受けします。

新型コロナウイルスの感染拡大予防のため、

- ① 体調が優れないときはセンターの利用を控え、自宅にて静養しましょう。
- ② センターに来所される時にはマスクの着用をお願いします。
- ③ 受付時には手のアルコール消毒と検温（非接触の体温計を使用）を行っています。
検温で37度以上だった方には、ご帰宅をお願いしています。
- ④ 入館時やトイレ後等、こまめに手洗いをしましょう。
ハンカチをご持参ください。 ご協力お願いいたします。



◆10月からの運営時間変更についてのお知らせ◆

令和2年10月1日から横浜市内の生活支援センターの開館日・運営時間が統一されます。

港南区生活支援センターの新基準

開館曜日	運営時間	フリースペース	電話相談
月火水木金	9時~20時	10時~19時	10時~12時 14時~19時
土	9時~17時	10時~16時	10時~17時

休館日 : 毎週日曜日

および年末年始(12月29日~1月3日)

※休館日の日曜日が祝日と重なった場合もそのまま日曜日が休みになります。

日	月	火	水	木	金	土
	9月 カレンダー	1 <所内清掃>	2 休館日	3	4 <所内清掃>	5 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 (社協団体交流室)
6 フリースペース 10:00~16:00	7 15:00~ 嘱託医相談 田頭Dr 15:00~17:00 フットサル (南スポーツ センター)	8 <所内清掃> 14:00~14:30 防災訓練	9 休館日	10 14:30~ 心理相談 大坪氏	11 <所内清掃>	12
13 フリースペース 10:00~16:00	14 9:00~11:00 定期清掃	15 <所内清掃>	16 休館日	17	18	19 <所内清掃>
20 フリースペース 10:00~16:00	21	22	23 休館日	24 14:30~ 心理相談 大坪氏	25 <所内清掃>	26
27 フリースペース 10:00~16:00	28 13:00~15:00 ソフトボール (日野中央公園)	29 <所内清掃>	30 休館日			

各種サービスの利用時間について

入浴・洗濯サービスは
前日から電話または来所にて
申し込みの**完全予約制**です。

入浴：10時~18時の9枠
(日曜は10時~15時の6枠)
洗濯：10時~、15時~の2枠
(日曜は10時~の1枠)

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

電話相談は

・月火 木金土曜
10時~12時
14時~19時
・日曜
9時~16時

今後の状況によっては、上記の利用時間が変更
となる可能性があります。

◆夕食サービス利用についてのお知らせ◆

7月より再開しています。
従来のサービスとの変更点をお知らせします。

- ・変更1：各回30分間の2部制になります。(1日の受付は16名)
①17:30~18:00
②18:30~19:00
- ・変更2：各回の定員は①が**12名**、②が**4名**となります。
※予約時には、上記時間帯の選択が必要です。

★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。
また、以下の4点をご注意ください。

- 1：ご予約時間の厳守をお願いします。
ご予約の時間枠を超えて来館された場合は、キャンセル扱いになることがあります。
- 2：テーブルは所定の位置でのご利用をお願いします。
食事中の会話はご遠慮ください。
- 3：館内の3密を避けるため、ご予約時間の10分前程度を目安にご来館ください。
- 4：17時以降の、フリースペースの利用はご遠慮ください。
★夕食サービスの時間帯は、入浴サービスなどを利用される方の待機スペースとなります。

◆ 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)

9月 7日 (月) ①15時00分～ ②15時40分～ ③16時20分～

- 心理士相談 / 1回50分 (NPO法人 英の快 臨床心理士 大坪氏)

9月10日 (木) ①14時30分～ ②15時30分～

9月24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。

《8月の活動について》

8月は、まずいつものように一人ずつ近況を語り合いました。

また、今後のピア会にルールを作るかどうかを話し合いました。皆がそれぞれの考えを述べあって、その結果これまで通りあえてルール作りはせず、お互いの常識を信じて活動していきましようということになりました！

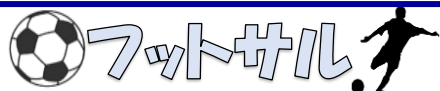
「絵を描く集い」も
15時00分から行います。
(またセンターのフリースペースでも14時から材料を出して絵を描いています！)

日 時：9月5日 (土) 16時00分～17時00分

場所：港南区社会福祉協議会 団体交流室 (そよかぜの家3F)

参加申し込み・事前予約は不要です。直接お越し下さい。

担当職員：外山・小谷・翁長



9月7日 (月) 15時00分～17時00分

- ◆ 場所：南スポーツセンター
(港南ではありません)

※室内用シューズが必要です。

詳細は下記担当者までお問合せください。

＜参加にあたって＞

参加の際は事前に担当者までご連絡・お申込みください。

原則、当センターでの登録が必要となります。

熱中症対策のための水分補給については各自でご用意ください。また、感染症拡大防止のため、当日は健康状態の確認を行い、37.5度以上の発熱がある場合などはご帰宅をお願いします。そして、フットサルは試合形式を避けて距離の取れる練習内容となりますので予めご了承ください。担当：外山・小谷・佐々木



9月28日 (月) 13時00分～15時00分

- ◆ 場所：日野中央公園
(最寄りバス停：日野中央公園入口)

うたサークル「ひまわり」・ハンドマッサージ

9月はお休みです。

9月8日 (火) 14時00分～14時30分

- ◆ 場 所：港南区生活支援センター
- ◆ 内 容：地震・火災を想定した避難訓練
- ◆ 参加施設：港南区生活支援センター

災害はいつ起こるかわかりません。「いざ!!」というときのためにきちんと訓練しましょう。
※訓練中は館内で過ごすことはできません。雨天決行です。

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。

