

港南区生活支援センターだより2021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(代表) 045-842-6400(相談専用)
 F A X : 045-840-0313
 ホ ー ム ペ ー ジ : <http://www.aotori-y.jp/yokohama-south-seikatsushien/>



緊急事態宣言発令中のセンター運営について

神奈川県は緊急事態宣言は3月7日までと発表されていますが、予定通り解除されるかは不明です。
 現時点での開館日時や夕食などの各種サービスについては下記の通りですが、2月のセンターだよりで
 お知らせしました「ピア活動・当事者活動を考える会」は中止となりました。
 運営基準や館内サービスについて、変更がありましたら掲示等で皆様に随時お知らせいたします。

港南区生活支援センターの運営基準

開館曜日	運営時間	フリースペース	電話相談 045-842-6400
月～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)

※17時以降は夕食・入浴・洗濯サービスを予約された方のご利用を優先させていただきます。

コロナ感染予防のため、センター内が「3密」の状態にならないようご理解・ご協力をお願い致します。

日	月	火	水	木	金	土
3月 カレンダー	1 15:00～ 嘱託医相談 田頭先生	2<所内清掃>	3 	4	5<所内清掃>	6 フリースペース 10:00～16:00
7 休館日 	8 9:00～11:00 定期清掃(ワッパ)	9<所内清掃>	10	11 14:30～ 心理相談 大坪氏	12	13 フリースペース 10:00～16:00 13:00～14:00 絵を描く集い 14:00～15:00 ピア活動・当事者 活動を考える会 (社協 団体交流室)
14 休館日 13:30～15:30 出前講座@日野南 地域ケアプラザ	15	16<所内清掃>	17	18	19<所内清掃>	20 春分の日 フリースペース 10:00～16:00
21 休館日	22 	23<所内清掃>	24 13:00～15:00 ソフトボール (日野中央公園)	25 14:30～ 心理相談 大坪氏	26<所内清掃> 14:00～16:00 出前講座@野庭 地域ケアプラザ	27 フリースペース 10:00～16:00 10:00～12:00 出前講座@港南中 央地域ケアプラザ
28 休館日	29	30	31			

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。
- ⑤ **暖房中も換気**を行っています。**暖かい服装**でお越しください。
※今後とも、ご協力をお願い申し上げます。



センターの利用をご希望の方へ

初めてセンターをご利用、登録更新をご希望の際は、書類の記入や利用案内をさせて頂いています。その場合は、事前にご連絡をお願いします。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。

各種サービスの利用時間について

食事・入浴・洗濯サービス
前日から電話または来所でご予約ください。
完全予約制です。

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



申し込みのお電話は

・月～金曜
9時～20時
・土曜
9時～17時
045-842-6300
で受け付けます。

インターネットサービスは

・月～金曜
10時～18時
・土曜
10時～15時
にお受けします。

今後の状況によっては、上記の利用時間に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◆

- ・各回30分間の2部制で提供しています。（1日の受付は16名）
 - ①17：30～18：00
 - ②18：30～19：00
 - ・各回の定員は①が**12名**、②が**4名**です。
- ※予約時には、ご都合の良い時間帯（1部または2部）をお選びください。

★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、なるべくご遠慮ください。
★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)

- ・3月 1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)

- ・3月11日 (木) ①14時30分～ ②15時30分～ ・3月25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、みなさんで作る活動です。出入り自由、どうぞお気軽にお越しください。

緊急事態宣言により、3月のピア活動は中止となりました。お互いに悩みや聞いてほしいことを語り合しましょう。

4月からのピア会の持ち方についても話し合いをしたいと思います。

日時：3月13日 (水) 13時00分～15時00分

場所：社会福祉協議会 団体交流室

参加申し込み・事前予約は不要です。直接お越し下さい。

※緊急事態宣言が延長された場合は、「考える会」「集い」ともに活動を中止させていただきます。

担当職員：外山・小谷・翁長



ソフトボール

3月24日(水) 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)

<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。そして、マスク着用の上でご参加ください。

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。

※フットサルは実施予定日が緊急事態宣言期間と重なったため、休止となりました。 担当：外山・小谷・佐々木

うたサークル「ひまわり」・ハンドマッサージ ・おやつクラブ

新型コロナウイルスの感染防止のため、今年度は(令和3年3月末まで) 休止となります。

出前講座

港南区役所より委託を受け、以下の精神保健福祉・出前講座を実施します。

申込・詳細につきまし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。

3月14日 (日) 13:30～15:30 日野南地域ケアプラザ「ひきこもりの心理と対応」

3月26日 (金) 14:00～16:00 野庭地域ケアプラザ「高齢者を支えるためのメンタルヘルス講座」
(対象・ケアマネ)

3月27日 (土) 10:00～12:00 港南中央地域ケアプラザ「ご存知ですかディスレクシア」



異動・休職のお知らせ

外山副所長

利用者の皆様、今まで大変お世話になりまして、ありがとうございました。

4月1日付で川崎市発達障害地域活動支援センター ゆりの木に異動いたします。皆様と一緒に過ごした約10年間の深い経験は、私にとってかけがえのないものとなりました。本当にありがとうございました。

またどこかで会う機会もあると思いますので、その時はこれまでと同じく、どうぞよろしくお願いいたします。

十川職員

私事で恐縮ではありますが、3月より出産休暇を頂くことになりました。コロナ禍ではありましたが、皆様に支えられて今まで勤務することができました。ありがとうございました。

ご迷惑をおかけしますが、来年春には復帰を予定しておりますので、また一緒に活動できることを楽しみにしています。心配の尽きない状況が続きますが、皆様お元気で過ごしてください。