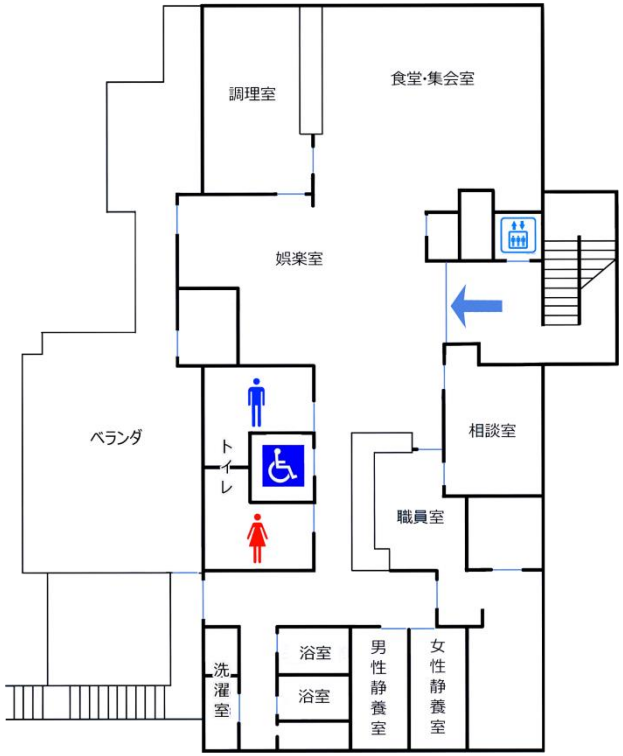
フロア案内

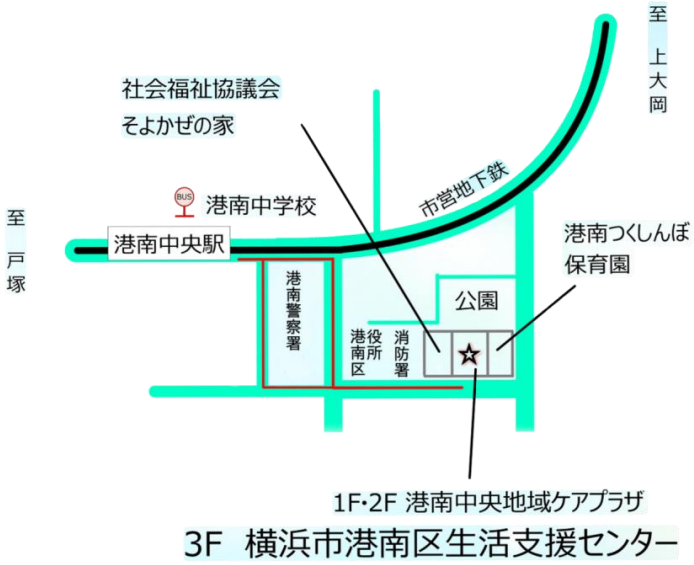


開館日・時間

曜日	月～金	土
運営時間	9:00～20:00	9:00～17:00
フリースペース	10:00～19:00	10:00～16:00
電話相談	10:00～19:00 (12:00～14:00 を省く)	10:00～17:00

◆休館日
毎週日曜日、年末年始(12 月 29 日～1 月 3 日)は休館とさせて頂きます。

アクセスマップ



◆住所

〒233-0003
横浜市港南区港南 4-2-7 3F
（1・2 階は港南中央地域ケアプラザ）

TEL:045-842-6300
FAX:045-840-0313

◆アクセス

・電車でお越しの場合
横浜市営地下鉄／港南中央駅より徒歩 4 分

・バスでお越しの方
横浜市営バス／神奈中バス／江の電バス
［港南区総合庁舎前］バス停より徒歩 4 分

・当センターに駐車場はございません。
来館の場合は公共交通機関をご利用ください。

横浜市港南区
生活支援センター

運営：社会福祉法人 青い鳥
http://www.aoitori-y.jp

心に病を抱えた方が
地域で安心して暮らし続けられるよう
支援します。

当センターでお手伝いできること

面談やお電話にて、様々なご相談をお受けします。
精神科へ通院されている方や、ご家族等からの
ご相談に応じます。お気軽にご連絡ください。

必要に応じて地域の支援機関と連携し、
ご本人の意向に沿った支援を行います。
（対象：港南区にお住まいの方）

嘱託医、臨床心理士によるご相談も承っています。
（完全予約制）

●家族支援

ご家族からのご相談にも幅広く応じています。
また、港南区家族会「あいの会」の活動協力も
行っています。

●地域交流

港南区や近隣の福祉施設と協力し、
年に数回イベントを行っています。

●情報提供・ネットワーキング・啓発活動

センター便り等で情報提供を行います。
また、地域の関係機関や医療機関等の関係機関と
積極的に連携を行います。
そのほか、地域の方や関係機関の方に対して
精神保健福祉に関する理解を深めるために、
学校や病院、ケアプラザなどでの普及啓発活動にも
取り組んでいます。

●活動の場の提供

自由に過ごせる居場所の提供や、季節の行事・
プログラムの実施をしています。

例）ピア活動を考える会/うたサークル
フットサル/ソフトボール
絵を描く集い/おやつクラブ　等

登録された方への有料サービス

（対象：横浜市にお住まいの方）

■　夕食

ボリュームたっぷり！
栄養満点の食事を用意しています。

料金：500 円以下
予約：前日から当日 14 時まで
時間：17:30～19:00

■　入浴

家庭用浴槽を貸し出しています。
おひとりで入浴できる方に限ります。

料金：100 円
時間：10:00～18:00（土曜日は 15:00 まで）

■　洗濯・乾燥

家庭用洗濯機・乾燥機をお貸しします。

料金：100 円
時間：10:00～17:00（土曜日は 14:00 まで）

■　インターネット

印刷可能ですが USB 等の保存媒体と接続しての
利用はできません。

料金：10 円／10 分
時間：10:00～18:00（土曜は 15:00 まで）

初めてご利用を検討される方へ

横浜市にお住まいで、精神科・心療内科へ通院
されている方は、どなたでもご登録頂けます。
初めてご利用の際にはご利用案内を致しますので、
お電話等でご予約の上お越しください。
よろしくお願い致します。

各種事業のご紹介

（対象：港南区にお住まいの方）

自立生活アシスタント事業

**地域で無理なく、安心して
一人暮らしを続けていくための支援をします**

・自宅への訪問
・金銭管理の補助
・買い物や手続きへの同行
・関係機関との連携　など

退院サポート事業

退院の準備や退院後の地域生活を支援します

・入院中の訪問・外出同行
・退院後の地域定着支援（自宅への訪問など）
・病院と協働しての退院促進の普及啓発活動
など

計画相談支援事業

**困りごとや目標について相談支援専門員が
共に考え、ご希望に沿った各種サービスを
提案し、支援します**

・サービス等利用計画の作成
・定期的なモニタリング
・サービス担当者会議などの開催
・関係機関との調整　など

2021.1 港南区生活支援センター