

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)
 FAX : 045-840-0313
 ホームページ : <http://www.aotori-y.jp/yokohama-south-seikatsushien/>



今後のセンター運営について

いよいよ暑さが増してきましたが、くれぐれも体調を崩されませんように。適切な水分補給が第一です。当センターにおける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となっています。コロナウイルスの感染状況により、運営基準や館内サービスについて何らかの変更が生じましたら、館内の掲示板での通知や、ホームページの掲載などで皆様に最新の情報を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にご理解・ご協力をお願い致します。

日	月	火	水	木	金	土
7月 カレンダー				1	2<所内清掃>	3 フリースペース 10:00~16:00
4 休館日 	5 15:00~ 嘱託医相談 木村 Dr.	6<所内清掃>	7 	8 14:30~ 心理相談 大坪氏	9<所内清掃>	10 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
11 休館日	12 9:00~11:00 定期清掃(ワックス)	13<所内清掃>	14	15 14:30~ 心理相談 大坪氏	16<所内清掃>	17 フリースペース 10:00~16:00 15:30~16:00 うたサークル 「ひまわり」
18 休館日	19<所内清掃>	20	21<所内清掃>	22 海の日	23 スポーツの日	24 フリースペース 10:00~16:00
25 休館日	26	27<所内清掃>	28	29 15:00~17:00 ソフトボール (日野中央公園)	30<所内清掃>	31 フリースペース 10:00~16:00

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（測定器を使用）**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。

※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、職員による面談を実施し利用案内をさせて頂いています。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します。**

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◆

- ・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。
14時以降の1部・2部の予約時間の変更はご遠慮ください。
- 2：テーブルは所定の位置でのご利用をお願いします。
食事中的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。

8月分は、いずれも7月1日（木）から受け付けます。

- 嘱託医相談 / 1回40分（日野病院 木村先生）

7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（NPO法人・Coaction 臨床心理士 大坪氏）
7月8日（木）・15日（木）①14時30分～ ②15時30分～



ピア活動・当事者活動を考える会

6月のピア会は、コロナ禍のもとでの近況や知恵を出し合う会でした。

- ・釣りに行ったり、園芸したりと、屋外ならコロナの感染を感じずに楽しんでいます。
- ・家で、運動系のゲームをするのも楽しいので家族とやっています。
- ・自粛していた集会在オンラインで復活できましたが、やりにくい。打ち上げが出来ず寂しい。



「絵を描く集い」

13時00分～14時00分

社協団体交流室で行います。
自分のしたいこと、材料を持ち込むのもOKです。

日 時：7月10日（土）14時00分～15時00分

場 所：社会福祉協議会（そよかぜの家3F） 団体交流室

テーマ：好きな食べ物や、食事のことを語りつくそう！

「生きることは食べること」といいます。

このテーマは盛り上がりそうですね。

ぜひ、ご参加ください。

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：小谷・翁長

※神奈川県に緊急事態宣言が出された場合は「考える会」「集い」ともに活動を中止させていただきます。

うたサークル「ひまわり」

日 時：7月17日（土）15時30分～16時00分

場 所：港南中央地域ケアプラザ 多目的ホール（当センターの2F）

皆さ～ん、お待たせしました!!いよいよ7月から再開します!

感染予防を万全にさせていただくため・・・

- ①マスク着用の上、声を出さずに体でリズムをとり、心の中で歌いましょう。
- ②先着15名までとし、当日3Fにて15:00～受付をします。
- ③30分に短縮します。
- ④山田先生との間にビニールシートを設置します。

以上、ご理解、ご協力をよろしくお願いいたします。

山田先生も皆さんとの再会を心待ちにされています。先生のピアノと歌で久しぶりに楽しい

ひとときを過ごしましょう!リクエストもお待ちしています!

担当職員：小林



ソフトボール



7月29日(木) 15時00分～17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。

担当職員：小谷・佐々木

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、今月はお休みです。