

# 港南区生活支援センターだより2021年

発行所：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/



引き続きコロナ感染予防のため、今後もマスクの着用の徹底や食事時の黙食、集まって大声で会話をしないことなどをお願い致します。インフルエンザなどの他の感染症にもご注意ください。  
 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です。  
 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ので、ご確認ください。

## 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
11月 カレンダー	1 15:00～ 嘱託医相談 馬場Dr	2<所内清掃>	3 文化の日	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（ワックス）	9<所内清掃> 	10	11 14:30～ 心理相談 大坪氏	12<所内清掃> 	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	15	16<所内清掃>	17	18	19<所内清掃>	20 フリースペース 10:00～16:00
21 休館日	22	23 勤労感謝の日	24	25 14:30～ 心理相談 大坪氏	26<所内清掃> 13:00～15:00 ソフトボール (日野中央公園)	27 フリースペース 10:00～16:00  13:30～15:30 福祉防災講演会 (港南公会堂) 別紙参照
28 休館日	29	30<所内清掃> 				

## 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 センターを利用する時には**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。**

12月分は、いずれも11月1日（月）から受け付けます。

- 嘱託医相談 / 1回40分（日野病院 馬場先生）

11月1日（月）①15時00分～ ②15時40分～ ③16時20分 ※12月は6日（月）

- 心理士相談 / 1回50分（NPO法人・Coaction 臨床心理士 大坪氏）

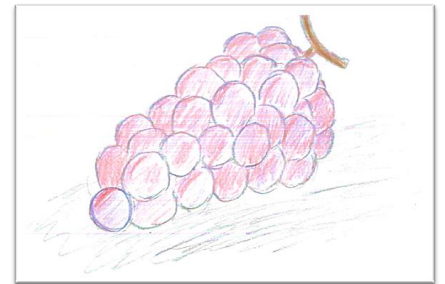
11月11日（木）・25日（木）①14時30分～ ②15時30分～ ※12月は9・23日（木）



## ピア活動・当事者活動を考える会

10月のピア会は「音楽を聴いて話そう」でした。紹介された楽曲を聴いて話すひと時を、とても楽しくすごしました。

11月は、2月に計画したが緊急事態宣言で中止になってしまった「災害時の対策について学ぼう」を、いよいよ開催いたします。参加申し込み・事前予約は不要です。直接お越し下さい。



**日 時：11月13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**  
いつも参加してくださるボランティアの岸さんに

「災害時の対策」について学びます。  
災害時に起きる様々な困りごとを、私たちや周りの様々な人達も、いかに助け合い、切り抜けるか。  
アイデアや知恵を学びましょう。  
ゴミ袋でレインコート作りもしますよ～。

**「はさみ」を各自お持ち下さい！ 担当職員：小谷・翁長**

「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。

自由に絵をかく等で楽しみましょう。

10月にあおぞら交流会に向けて作成した作品はケアプラザ1階のガラス窓に展示してあります。

ぜひ見て下さいね！

（11月12日まで）



## ソフトボール



**11月26日（金）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。

担当職員：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、今月はお休みです。