

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/



コロナ感染予防につきましては、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引き続きご協力をお願い致します。寒さが一層、厳しくなりますので体調管理にお気を付けください。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いています。
 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
12月 カレンダー			1	2 13:30～16:00 ソフトボール 新横浜公園	3<所内清掃>	4 フリースペース 10:00～16:00
5 休館日	6 15:00～ 嘱託医相談 武田Dr	7<所内清掃>	8 	9 14:30～ 心理相談 大坪氏	10<所内清掃>	11 フリースペース 10:00～16:00 13:00～14:00 絵を描く集い 14:00～15:30 ピア活動・当事者活 動を考える会 (社協団体交流室→ 屋外散策、雨天:屋 内)
12 休館日	13 9:00～11:00 定期清掃(ワックス)	14	15<所内清掃>	16	17	18 フリースペース 10:00～16:00 10:00～12:00 出前講座 (日野南地域ケアプラ ザ) 別紙参照
19 休館日	20	21<所内清掃>	22	23 14:30～ 心理相談 大坪氏	24<所内清掃> 	25 フリースペース 10:00～16:00 13:30～15:00 クリスマス会
26 休館日	27<所内清掃>	28 	29 休館日	30 休館日	31 休館日	年始は、1月4日 より開館します。

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が増えておりますので、**ぜひ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。

※来年1月4日（火）の夕食は事前申込みではなく当日のみ、予約をお受けします。ご了承下さい。

◆ 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。

1月分は12月1日（水）から受け付けます。

● 嘱託医相談 / 1回40分（日野病院 武田先生）

12月6日（月）①15時00分～ ②15時40分～ ③16時20分 ※1月は行いません。

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

12月9日（木）・23日（木）①14時30分～ ②15時30分～ ※1月は13・27日（木）

ピア活動・当事者活動を考える会

11月のピア会は「災害時の対策」でした。ボランティアの岸さんに教わって、ポリ袋でレインコートをワイワイと楽しく作りました。岸さんは港南区の皆さんのために「防災手帳」も作って配って下さいました。この手帳はセンターのフロアにお出ししておきますので、是非お持ち帰りください。



❀ 次回はいよいよ「もみじがり」となります。今年もきれいに紅葉したもみじが見れるでしょうか？

きれいな葉、面白い葉など拾って持ち帰るのも楽しいと思います！

日 時：12月11日（土）14時00分～15時30分

（いつもよりちょっぴり延長）

場 所：社会福祉協議会（そよかぜの家3F）団体交流室集合

集まってから、近所のもみじ事情に合わせて方向を決めて歩いてゆきます。

（当日天候によっては出かけず社協団体交流室でミーティングをします）

参加申し込み事前予約はいいませんが、遅れると出発してしまいますので

ご注意ください

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。

今回はアドベントツリーを皆で作ります。

自由に絵を描いてもOKです。

ふるってご参加下さい！



ソフトボール



12月2日（木）13時30分～16時00分

◆ 場所：新横浜公園

（最寄り駅：新横浜駅・小机駅）

（バス停：日産スタジアム前）

＜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。