

港南区生活支援センターだより2022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/



明けましておめでとうございます

昨年は、まだコロナ禍が収まらない状況で利用者の皆様、関係機関各位には、ご協力、ご支援をいただき、まことにありがとうございました。

本年は世の中がより良い年となり、皆様には幸多からんことをお祈りします。



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
1月 カレンダー						1 元旦 休館日
2 休館日	3 休館日	4 	5<所内清掃>	6	7<所内清掃>	8 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)
9 休館日	10 成人の日 9:00～11:00 定期清掃(ワックス)	11<所内清掃>	12 	13<所内清掃> 14:30～ 心理相談 大坪氏	14	15<所内清掃> 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
16 休館日	17	18<所内清掃>	19	20<所内清掃>	21	22 フリースペース 10:00～16:00 14:00～16:00 出前講座 (東永谷地域ケアプラ ザ) 別紙参照
23/30 休館日	24/31	25<所内清掃>	26 13:00～15:00 港南ネットまつり	27 14:30～ 心理相談 大坪氏	28<所内清掃>	29 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

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。

**※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。

2月分は1月4日（火）から受け付けます。

● 嘱託医相談 / 1回40分（日野病院）

1月は行いません。 ※2月は7日（月）

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

1月13日（木）・27日（木）①14時30分～ ②15時30分～ ※2月は10・24日（木）

ピア活動・当事者活動を考える会

12月は「もみじがり」に行きました。遠出して、慰霊堂の敷地内まで歩きました。行く途中の川辺でアオサギや鴨も見る事が出来ました。少し峠を越した紅葉でしたが、たくさんのモミジをながめ、落ち葉拾いもし、とても楽しめました。

上大岡に長年住む参加者さんも、一度もここを訪れたことはなかったとビックリされた散策でした。

次回のピア会は、「好きな食べ物」「おいしく料理するコツ」など、以前も大変盛り上がった話題で楽しく話し合う予定です。

日 時：1月8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） 団体交流室集合



↑先にセンターで受付を済ませてからおいでください。

こちらは絵を描く集いの12月の作品、アドベントカレンダーです。

「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。

1月26日に行われる「ネットまつり」の展示や2月の「アート展」に、再び共同制作のパネル作品を出展したいので、皆で制作に取り組む予定です。自由に描くのもOKです。絵を描く集いはいつも和気あいあい！ぜひご参加下さい。

お待ちしております！

担当職員：小谷・翁長

港南ネットまつり

港南区精神保健福祉団体の「つながり」がもてるよう、作品展示や販売を中心に開催します。キャラクターや川柳の展示や投票もあります。

日 時：1月26日（水）13時00分～15時00分

場 所：港南区生活支援センターの建物の2階

※感染症等の状況により、中止または内容を変更させていただく場合がございます。

前回キャラクター投票1位

「さどみ作」

マスコットの名前

「みんなの心の相談役

羊のフランさん」



前回「人のふり
見し見ぬふこの
カウチン」

前回「つなぐん加柳
投票1位「福袋あそび作」



ソフトボール



グラウンドの貸し出しが再開される3月からの活動を予定しています。

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。