

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.aitori-y.jp/yokohama-south-seikatsushien/>



謹んで新年のお慶びを申し上げます。

昨年はコロナ禍という状況のなか、利用者の皆様、関係機関の方々には大変お世話になり、ありがとうございました。

今年も「より明るい年」となりますよう、引き続きご協力のほど、よろしくお願いたします。



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にご理解・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 元日 休館日	2 休館日
3 休館日 	4 15:00～ 嘱託医相談 桑折先生	5 <所内清掃>	6 	7	8 <所内清掃>	9 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 ビア活動・当事者 活動を考える会 (社協団体交流室)
10 休館日	11 成人の日 9:00～11:00 定期清掃	12 <所内清掃>	13	14 14:30～ 心理相談 大坪氏	15 <所内清掃>	16 フリースペース 10:00～16:00
17 休館日	18	19 <所内清掃> 港南ネットまつり (所内展示開始日)	20 14:00～16:00 出前講座@野庭地域 ケアプラザ (対象 ケアマネ)	21	22	23 フリースペース 10:00～16:00 10:00～11:45 出前講座@港南中 央地域ケアプラザ
24 休館日	25	26 <所内清掃>	27 港南ネットまつり (所内展示終了日)	28 14:30～ 心理相談 大坪氏 14:00～16:00 出前講座@東永谷 地域ケアプラザ	29 <所内清掃>	30 フリースペース 10:00～16:00 13:30～15:30 出前講座@日限山 地域ケアプラザ
31 休館日						

センターの利用をご検討中の方へ

初めてセンターをご利用の際は、利用案内をさせて頂いております。
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いたします。

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（非接触の体温計を使用）**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。
- ⑤ **暖房中も換気**を行っています。**暖かい服装**でお越しください。
※今後とも、ご協力をお願い申し上げます。



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。
- 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（月）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。**

港南ネットまつり

1月19日（火）～27日（水）までの実施を予定していましたが、神奈川県への緊急事態宣言の発令により、中止となりました。
ご了承下さいますよう、お願い申し上げます。

◆ 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。**
2月分は1月4日（月）から受け付けます。

● 嘱託医相談 / 1回40分 ①15時00分～ ②15時40分～ ③16時20分～

1月4日（月）（日野病院 桑折先生） 2月1日（月）（日野病院 一村先生）

①15時00分～ ②15時40分～ ③16時20分

● 心理士相談 / 1回50分（NPO法人 英の快 臨床心理士 大坪氏）

1月14日（木）28日（木） 2月4日（木）25日（木） ①14時30分～ ②15時30分～



ピア活動・当事者活動を考える会

神奈川県への緊急事態宣言の発令により、コロナ感染防止のために下記の開催は中止となりました。

2月は実施を予定しております。今後ともよろしく申し上げます。

~~日 時：1月9日（土）14時00分～15時00分~~

~~場 所：社会福祉協議会 団体交流室~~

担当職員：外山・小谷・翁長

ソフトボール・フットサル

2月まで休止となります。

1月は休止、2月は実施を予定しています。

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、今年度は（令和3年3月末まで）休止となります。

出前講座



神奈川県への緊急事態宣言の発令により、コロナ感染防止のために下記の講座は全て中止となりました。

今後の予定は未定です。ご了承くださいませよう、お願い申し上げます。

1月20日（水）14:00～16:00 野庭地域ケアプラザ「高齢者を支えるためのメンタルヘルス講座」
（対象・ケアマネ）

1月23日（土）10:00～11:45 港南中央地域ケアプラザ「ご存知ですかディスレクシア」

1月28日（木）14:00～15:30 東永谷地域ケアプラザ「成人の“ひきこもり”を考える」

1月30日（土）13:30～15:30 日限山地域ケアプラザ「死別だけではない「あいまいな喪失体験」とは？」

2月 2日（火）9:45～11:30 芹が谷地域ケアプラザ「精神疾患を抱えた親を持つ子どもの支え方」