

# 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

ようやく空気が清々しくなり、気候も暖かくなりました。世の中の雰囲気も穏やかになって欲しいものです。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、所内の通知や、ホームページの掲示などで皆様に随時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ご理解・ご協力をお願い致します。

日	月	火	水	木	金	土
5月 カレンダー						1 フリースペース 10:00～16:00
2 休館日	3 憲法記念日 〈所内清掃〉 	4 みどりの日 	5 こどもの日 	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 9:00～11:00 定期清掃	11 〈所内清掃〉	12	13 14:30～ 心理相談 大坪氏	14 〈所内清掃〉	15 フリースペース 10:00～16:00
16 休館日	17	18 〈所内清掃〉	19	20	21 〈所内清掃〉	22 フリースペース 10:00～16:00
23 休館日	24 14:00～14:30 防災訓練	25 〈所内清掃〉	26 13:00～15:00 ソフトボール (日野中央公園)	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
30 休館日	31					

## 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、上記の利用時間に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。

## ◆ 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。**

- 嘱託医相談 今月は5月3日（月）が祝日のため休止します。

次回は6月7日（月）に実施します。

- 心理士相談 / 1回50分（臨床心理士 大坪氏）

・5月13日（木）①14時30分～ ②15時30分～ ・5月27日（木）①14時30分～ ②15時30分～



## ピア活動・当事者活動を考える会

今年度第1回目のピア会は4月10日に開催され、集まった皆さんで近況を報告したり、今後の内容の話し合いをしたり、和気あいあいと過ごしました。今年度も月1回、第2土曜日の14時から定例で行うことになりました。皆さんも、どうぞピア会のミーティングにお越し下さい。

（13時から絵を描く集いも行っています!!こちらどうぞ）

**日 時：5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**

**テーマ：困っていること、悩みなどの語り合い**

参加申し込み・事前予約は不要です。直接お越し下さい。



「絵を描く集い」

13時00分～14時00分

社会福祉協議会

団体交流室で行います。

担当職員：小谷・翁長

※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。

## ソフトボール

**5月26日(水) 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：小谷・佐々木

## 防災訓練

**5月24日(月) 14時00分～14時30分**

◆ 場 所：港南区生活支援センター

◆ 内 容：地震・火災を想定した避難訓練

◆ 参加施設：港南区生活支援センター・港南中央地域ケアプラザ  
災害はいつ起こるかわかりません。「いざ!」というときのために、きちんと訓練しましょう。

今回は感染予防のため、一定の距離を保った形式での避難を行います。

※訓練中は館内で過ごすことはできません。雨天決行です。

詳細については、港南区生活支援センターまでお問合せください。



## 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。