

港南区生活支援センターだより 2024



住所：港南区港南4-2-7 3階（地下鉄港南中央駅徒歩5分）
電話：（代表・各種予約）045-842-6300（相談専用）045-842-6400
FAX：045-840-0313
ホームページ：『港南区生活支援センター』で検索してください。センターだよりも見られます！

6月と言えばカエルの季節です。カエルの思い出と言えば、中学2年の理科の授業で行ったカエルの解剖、そしてもう1つは、小学生の時の出来事です。

小学生の私は、無邪気に近所の沼からカエルの卵を沢山家に持ち帰り、大きな桶に入れ、オタマジャクシになることをワクワクしながら待ちました。無事にオタマジャクシになり、私は泳ぐ姿を愛でました。小さな体に足が生え、手が生え、ピョンピョンし始めました。感動です。そしてある朝、数えきれない数いたオタマジャクシが一匹も居なくなっていました。大脱走です。しかし、道路で干からびている彼らを見て、私は沼から連れてきたことを反省しました。翌年はザリガニにしました。

サービス 曜日	運営時間（各種予約） 045-842-6300	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

月	火	水	木	金	土	日
6月 					1 そよかせまつり 	2 休館
3 AM 所内清掃 医師相談	4	5	6	7 AM 所内清掃	8 ピア会 	9 休館
10 9:00～11:00 定期清掃(ワックス)	11 AM 所内清掃	12	13 心理士相談	14 AM 所内清掃	15 卓球デー 	16 休館
17 AM 所内清掃	18 ソフトボール 	19 AM 所内清掃 スポーツデー	20	21 AM 所内清掃	22 うたサークル 	23 休館
24 AM 所内清掃 ソフトボール 予備日	25	26	27 心理士相談	28 AM 所内清掃	29	30 休館

センター利用希望の方へ

センター利用には登録が必要です。**登録は予約制です。**事前に連絡を下さい。センターの案内と面談をさせていただきます(約60分)。予約がない場合、再度ご来館いただくことがあります。登録有効期限は**3年間**です。登録カードの更新月内に更新面談が出来ます。

新型コロナ対策

- ◆体調が悪い時、体温が37℃以上の時はお休みしましょう。
- ◆館内は**マスク着用**にご協力下さい。



夕食サービス (有料)

- ◆2部制・定員18名です。

1部→17:30~18:00 (12名)
2部→18:30~19:00 (6名)



- ◆**予約制**です。

- ・予約は前日から、電話・来所どちらもOKです。
- ・**時間**(1部・2部)と**主食の量**(普通盛・小盛)を指定して下さい。
- ・予約の変更やキャンセルは、当日の**14:00まで**です。

- ◆3つの約束

- ①ご予約の時間を厳守して下さい。
遅れた場合、キャンセル扱いになることがあります。
- ②テーブルや椅子の場所は動かさないで下さい。
- ③食事中の会話は控え下さい。

その他のサービス (有料)

【入浴・洗濯サービス】

- ◆**予約制**です。予約は前日からとなります。
電話・来所どちらもOKです。
- ◆入浴→月～金10:00～18:00の9枠
土曜日10:00～15:00の6枠
- ◆洗濯→月～金10:00～、15:00～の2枠
土曜日10:00～の1枠

【インターネット】

- ◆利用時間
月～金→10:00～18:00
受付は17:00まで
土曜日→10:00～16:00
受付は15:00まで

嘱託相談 (無料)

- ◆**予約制**です。予約は電話・来所どちらもOKです。
- ◆未登録の方、ご家族の方もご相談いただけます。
- ※**予約受付は月初から、当月と次月分を受け付けます。**



【医師相談】(1回40分)

→日野病院 武田先生
6/3(月)

①15:00～②15:40～③16:20～

【臨床心理士相談】(1回50分)

→NPO法人Coaction 大坪先生
6/13(木)・27(木)

①14:30～②15:30～

ピア活動 当事者活動を考える会

日 時： 6月8日（土）
14:00～15:00

場 所：当センターフリースペース
担当職員：小谷・翁長・平井

* 6月は『カローリングにトライ!』です。
氷上で行う競技に「カーリング」ってあります
よね! その床バージョンです!
ジェットローラーを床上に転がす快感は格
別! 初めての方もぜひ、ご参加ください!
* 5月は『花見散歩@舞岡公園』でした。
うきうきと新緑の舞岡公園を散歩し、野の花、
ウグイスの鳴き声、古民家の木の独楽や竹
トンボを楽しみました。また行きたいな〜♡

『絵を描く集い』13:00～14:00

自由に絵を描いて過ごします。
画材の持ち込み、折り紙もOK! 塗り絵も人気!
夏も近いしガラス瓶の彩色も用意します。

ソフトボール

日 時： 6月18日（火）
※雨天順延の場合は24日（月）
13:00～15:00

場 所：新杉田公園
(JR新杉田駅 徒歩10分)
(京急杉田駅 徒歩15分)

担当職員：小谷・佐々木

★参加の際は事前に担当者まで
ご連絡・お申込み下さい。

うたサークル 「ひまわり」

日 時： 6月22日（土）
15:00～16:00

場 所：港南中央ケアプラザ
2階多目的ホール

講 師：山田先生
アシスタント：長束(なつか)先生
担当職員：小林・伊藤

- 👉 マスク着用の上、各自小さな声で歌いま
しょう。
- 👉 歌は45分間です。15分は先生との振り返
りや消毒・掃除をお願いします。
- 👉 先生が選んできた歌を歌います♪

4月は『さくらさくら』

『さくら』

『赤い花白い花』『ハナミズキ』

『かもめの水兵さん』を歌いました。



卓球デー

日 時： 6月15日（土）13:00～15:00
場 所：センターのフリースペース
★卓球台を開放します!

スポーツデー

日 時： 6月19日（水）15:00～17:00
場 所：港南スポーツセンター
持ち物：室内履き
内 容：卓球・バドミントン



今月のお知らせ

①卓球台の開放日

金曜日・土曜日は
フリースペースに
卓球台を開放しています。
ご利用下さい!



②将棋・オセロ などの貸出

フリースペースでの
利用が出来ます。
ご希望の方は事務室まで!



③モルックの 貸出と実施

借りたい人
やりたい人募集中!
ご希望の方は
事務室まで。