

港南区生活支援センターだより2025



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：045-842-6300

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。

5月は祝日が多いので、休日と平日が分からなくなることがあります。私は高校の時に自転車通学をしていたのですが、ある日信号待ちをしていた私の前を、同じクラスの成績優秀で真面目なN子さんが、学校とは反対方向に自転車で横切って行きました。しかも私服です。「あれ？学校は？」私は混乱しました。N子さんが学校をサボるはずありません。「そうか、今日は何かの休日なんだな」と思い私は家に帰ることにしました。翌日、学校へ行くと担任に怒られました。無断欠席とのこと。いやいやN子さんが学校に行っていなかったから…と私は言いましたが、「何言ってんだ、N子はちゃんと来てたぞ！」と担任に詰められました。なんとN子さんには、別の高校へ通う双子の妹がいたのです。（涙）

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
5月			1	2 AM 所内清掃	3 憲法記念日	4 みどりの日 休館
5 こどもの日	6 振休	7 AM 所内清掃	8 心理士相談	9 AM 所内清掃 ソフトボール	10 ピア会 	11 休館
12 9:00～11:00 定期清掃(ワックス)	13 AM 所内清掃	14 スポーツデー 	15	16 AM 所内清掃	17 みんなのアトリエ 	18 休館
19 AM 所内清掃	20	21	22 心理士相談	23 AM 所内清掃	24	25 休館
26 ソフトボール 	27 AM 所内清掃	28	29	30 AM 所内清掃	31	

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。



夕食サービス (400円/500円)

メニューによって
値段が変わります。
※献立表をご覧ください。

◆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。



入浴・洗濯サービス (100円)



◆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。

【入浴サービス】(60分)

- ◆月~金 10:00~18:00の12枠
- ◆土曜日 10:00~15:00の8枠
- ※シャンプーとボディソープは1袋30円で販売中。

【洗濯サービス】4時間

- ◆月~金 10:00~と15:00~の2枠
- ◆土曜日 10:00~の1枠
- ※洗剤は1袋30円で販売中。

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)

今月はお休みです。

【臨床心理士相談】(1回50分)

→NPO法人Coaction 大坪 先生
5/8(木)・22(木)
①14:30~ ②15:30~

みんなのアトリエ

日 時：5月17日(土)13:00~14:30

場 所：港南区生活支援センター
フリースペース

担当職員：翁長

4月からスタートした『みんなのアトリエ』。4月は11名の参加がありました。ボンボン、クリップ、イラスト、塗り絵、びん彩色、たまに卓球!?をそれぞれのペースで楽しみました。

参加者で話し合っ、5月からは毎月第3土曜日に開催することになりました。お好みの材料の持ち込みも大歓迎です!



ソフトボール

①日 時：5月9日(金)11:00~15:00

場 所：新杉田公園
(JR新杉田駅から徒歩10分)
(京急新杉田駅から徒歩12分)

②日 時：5月26日(月)13:00~15:00

場 所：日野中央公園
(バス停日野中央公園入口)
担当職員：小谷・佐々木

参加の方は、事前にセンターへ連絡をお願いします。

スポーツデー

日 時：5月14日(水)15:00~17:00

場 所：港南スポーツセンター
担当職員：池沢・小谷・ニッ森・平井
持ち物：室内履き・水分
内 容：卓球・バドミントン

うたサークル 「ひまわり」

今月は、講師の都合でお休みです。
担当職員：小林・伊藤

ピア活動・当事者活動を考える会

日 時：5月10日(土)14:00~15:00

場 所：社会福祉協議会3階 団体交流室
担当職員：平井・伊藤

5月は『推しお菓子フェスティバル』。アナタの好きなお菓子を教えて下さい! いま一押しのお菓子をみんなで紹介し合いたと思います。スーパーやコンビニで買えるお菓子限定です。定番のお菓子、新発売のお菓子、季節限定のお菓子、etc.

私も何を紹介しようか考え中です(笑)。

3月のピア会はお花見でした!

