

栄区生活支援センター 2021年 1月号

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
					1/3 まで休館いたします	
3 休館日	4 初詣①11:30~ ②13:30~	5 業者清掃 9:00~12:00	6	7 本田 Dr. 相談 13:00~	8	9 RIYOMI (利用者ミーティング) 13:40~14:30
10 休館日	11	12 業者清掃 9:00~12:00	13	14 さかえ会 13:00~16:30	15 寺山 Dr. 相談 14:00	16 誕生会 13:40~14:40
17 休館日	18	19 さかえ会 10:00~15:00	20 井上 Cor. 相談 14:30~	21	22	23
24 休館日	25	26 リカバリー講座 15:00~16:30	27	28 センター 20周年!!	29 本田 Dr. 相談 13:00~	30
						31 休館日

☐…嘱託医・カウンセラー相談をご希望の方は、事前予約が必要です。前月20日より受付を開始いたします。
 🧹…午前中に日常清掃があります。予めご了承ください。

おりがみ倶楽部 今月はお休みです。
 ★毎月第1土曜日に開催★ 次回は2月の予定です。

初詣 今年も春日神社へ初詣に行きます！
 密を避けるために①11:30~②13:30~の二部制にさせていただきます。予約は必要ありませんので直接センターへお越しください☆

誕生会 ご参加お待ちしております♪
 お祝いの気持ちをこめて…
 【参加費】100円 (誕生月の方は無料)
 【申込〆切】当日11時まで
 ★毎月第3土曜日に開催★

※世代交流サロンひだまり
 と昼食会は引き続きお休み致します。

リカバリー講座 リカバリーの助けになる方法を学べる講座です。ご家族・関係機関の方も含めどなたでもご参加頂けます。1月は「SST講座(社会人としての人との距離感について)」です。
 ★毎月第4火曜日に開催★

ご利用者の皆様へ
 新型コロナウイルスの感染者が全国的に拡大しています。感染拡大防止のため、ご協力をお願い致します。

- ① 来館時のマスク着用、手指の消毒、体温測定
- ② 当面の間オセロ、ウノ、麻雀等のテーブルゲーム及び卓球の自粛
- ③ 大人数、大声、長時間の会話を控える
- ④ 定期的な換気(1時間に1回)

さかえの 相談室



困ったら相談!



今、新型コロナの影響でいろいろと悩みを抱えている方が増えてきています。

さかえの相談室は、こころの病やこころに悩みを抱えた方の相談をお聴きします。

ご本人やご家族、回りの方々、どなたでもご相談できますので、こころが苦しくなったり、辛くなったら、まずは気軽に電話をしてみてください。

嘱託医相談



対象者：利用者、家族、関係機関、地域の方々

◆予約制（費用は無料です）

●寺山 Dr.（横浜市大附属病院）：毎月1回

●本田 Dr.（大船すばるクリニック）：毎月2回

※お一人様30分の相談となります。

（都合により変更になる場合があります）

カウンセラー相談



対象者：利用者

◆予約制（費用は無料です）

●井上 Cor.：毎月第3水曜日 14:30～

※お一人様30分の相談となります。

（都合により変更になる場合があります）

面接相談



対象者：利用者、家族、関係機関、地域の方々

◆随時職員対応（費用は無料です）

月曜日～金曜日：10:00～19:00

土曜日：10:00～16:00

※月曜日～土曜日 12:30～13:30 は除く

※日時の予約できます。

電話相談



対象者：利用者、家族、関係機関、地域の方々

◆随時職員対応

月曜日～金曜日：10:00～12:00/14:00～19:00

土曜日：9:00～12:30/13:30～17:00

※職員の指名・交代不可

相談予約・問い合わせ

045-896-0479

電話相談

045-896-0483



新年のごあいさつ



あけましておめでとうございます

「去年は、東京オリンピック・パラリンピックの日本選手の活躍に感動しましたね。私もボランティアとしてオリンピックに参加し近くで楽しむ事が出来ました。」と書くはずでしたが、残念ながら新型コロナウイルスの感染拡大で色々なことが中止や制限、自粛を余儀なくされた一年になりました。昨年末からの新型コロナウイルスの感染拡大が止まらず、例年ならみんなが集まる楽しいお正月も今年は少し控えめなお正月を過ごすこととなりました。

今年の干支の「牛」は古くから食牛や乳牛、耕牛と呼ばれ酪農や農業で人々を助けてくれる存在として重要な生き物でした。大変な農業を地道に最後まで手伝ってくれる様子から、丑年は「我慢（耐える）」や「発展の前触れ（芽が出る）」を表す年になると言われています。

新型コロナウイルスの蔓延で、まだまだ耐え忍ぶ年になるかもしれませんが、地道に突き進むことで新たな発展へと繋げる年にしていきたいですね。

所長 牛尾 浩一

センターからのお知らせ&ご報告

★月間RIYOMI★

○年末年始休館のお知らせ (12/29~1/3)
 ○みんなで話し合おう・・・
 ピアノの利用の仕方・・・安心して話せる場とは・・・
 などについて皆さんで意見を出し合いました。
 詳しくは、ミーティング議事録の掲示板をご覧ください◎
 次回：1/9(土) 13:40～☆話し合いのテーマ随時募集中☆

12月の参加者は9名でした



🌸開設20周年🌸

栄区生活支援センターは、2001年(平成13年)1月に小菅ヶ谷地域ケアプラザと合築施設として開設し、2021年(令和3年)1月に20周年を迎えます。本来なら今年度に式典等を行う予定でしたが、新型コロナウイルスの感染が拡大している状況のため、記念式典等は延期いたします。そこで2021年4月から2022年1月までを

20年分のありがとう ～このつながりを大切に～



をテーマに「20周年ありがとう年度」として、年間を通じた事業・行事を検討しています。詳細が確定しましたら、改めてお知らせいたしますので、皆様のご参加、ご出席をお願いします。

☆egao フェスティバルワークショップ☆

～松本光世×栄区生活支援センター～

1月に開催を予定している egao フェスティバルに展示する作品を制作しました☆
 『あなたの街 どちら あっち』をテーマに手形足形を縁取ったものや段ボールを利用しています☆
 1/21(木)～栄公会堂で展示されるのでぜひ足を運んでみてください(^^)



さかえく 投稿コーナー!

★★★
 コラム、イラスト等ジャンル問わず募集中です♪ (前月の15日までに原稿の提出をお願いします。)
 載せきれないものはセンターの廊下に掲示もしてありますので、是非見いらしてください♪
 ★★★

教えて佐藤さん! 職員紹介リレーNo.7

好きな有名人は誰ですか?

トム・クルーズ

休みの日はどう過ごしていますか?

AM:洗濯・掃除・買い出し
 PM:Netflix(オススメ!)で映画を観ています♥

出身はどこですか?

生まれは鹿児島です。。
 (育ちは神奈川県!)

次回は高瀬職員です。質問募集してます♪
 ※職員の順番はくじで決めました

ちーっとだけ

ひとやすみふたやすみ..



「令和3年の目標はズバリ、コレだ!!!」

本年は抱負では意志が弱いので、目標を掲げ的中をねらう。これまでの自らのおざなり三日坊主の性格を踏まえて、心身の健康を旨とした目標に切り替えることにした。①積ん読にしてある本をきちんと読む②間食はサラダ程度にする③健康の増進・維持のために体操を日課とする この3本に取り組みつつ、新しい物事にも対応したい。どこかの予備校のパンフレットみたいな文面になってしまったが「毎日が初心」をモットーに頑張りたい。

令和2年12月1日 a.m.0:13 八住 泰海

思い出探検隊

Nが子どもの頃はやったもの。

- ・たまごっち・デジモン
- ・ハイパーヨーヨー
- ・エアガン・ポケモン
- ・ぷよぷよ・ロクヨン
- ・バトエン・ミサンガ

懐かしいなあ



30代のNがどれもなつかしーと思う。

時系列をもっとまとめられたらと反省中。

オッチー写真館

