



# 栄区生活支援センター 5月号

2024年



センターは感染予防対策を徹底のもと従来通りの運営となっておりますが、状況に応じて予定が変わる可能性がありますのでご了承ください。

		1	2	<del>3</del>	<del>4</del>
				RIYOMI 16:00~17:00	
5	6	<del>7</del>	8	<del>9</del>	<del>10</del>
休館日		今日は第3(水)となっているのでお気を付けてください		さかえ会 12:30~17:00	
12	13	14	15	16	<del>17</del>
休館日	業者清掃 9:00~12:00		木村 Cr. 相談 13:00~		スポーツレク 13:40~15:00
19	20	<del>21</del>	22	23	<del>24</del>
休館日		さかえ会 12:30~17:00			永露 Dr. 相談 14:00~
26	27	<del>28</del>	29	30	<del>31</del>
休館日		リカバリー講座 15:00~16:30			

- ☐ …嘱託医・カウンセラー相談は、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。
- 🚫 …イベント・清掃時間中及び前後30分程度、卓球室の利用が出来ません。予めご了承ください。
- ✂️ …土曜日、及びイベント・会議が15時~17時にかかる場合、麻雀はできません。

## リカバリー講座

★毎月第4火曜日に開催★

ご家族・関係機関の方も含めどなたでもご参加頂けます。今月は、【マインドフルネス2】を予定しています。ご参加お待ちしております。



## RIYOMI

★毎月開催★

皆さんが過ごしやすいセンターについて話し合いませんか？ 今回のテーマは【納涼会・スポーツレクについて】です♪♪ご参加お待ちしております☆

## ～新しい職員よりご挨拶～

～濱崎 智美 職員～

中区の地域活動支援センターほっとスペース関内から異動してきました。センター業務は初めての事ばかりで右往左往していますが、少しずつ新しい環境に慣れて皆さんと一緒に楽しんで過ごせたら嬉しいです。どうぞよろしくお願いいたします。

～鈴木 颯 職員～

実習、アルバイトを経てこの度、常勤となりました鈴木です。実習時からお世話になっているみなさんとまたお会いすることができて嬉しいです。もっとみなさんの事を知りたいと思っていますのでぜひ、お声掛けください。

発行 横浜市栄区生活支援センター

HP 栄区生活支援センター

住所 〒247-0007 横浜市栄区小菅ヶ谷 3-32-12 2F

問い合わせ電話 045 (896) 0479

相談電話 045 (896) 0483



# さかえの



# 相談室



困ったら相談!



ご本人やご家族、周りの方々、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）

●永露<sup>えいろ</sup>Dr.（横浜市大病院）：毎月1回（第4金曜日）

※お一人様30分の相談となります。

※多くの方にご利用頂くため、お一人様月1回のご利用にご協力をお願い致します。

## カウンセラー相談



対象者：利用者

◆予約制（費用は無料です）

●木村 Cor.：毎月第4水曜日 13:00～

※お一人様30分の相談となります。

## 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

※都合により日程や時間に変更になる場合があります。

※嘱託医相談・カウンセラー相談は相談日前日の15時までに予約のない場合中止になります。

相談予約・問い合わせ

**045-896-0479**

電話相談

**045-896-0483**

## ★月間RIYOMI★

★4/10(水)に開催しました

### 1. つばやきボックスより

- ・大根おろしとなめこのみそ汁が飲みたい。
- ・手羽元と大豆のはちみつしょう油煮が食べたい。
- ・センターより：2月にリクエストメニューとして、イカフライと出し巻玉子を入れました。

### 2. イベントについて

- ・お花見&岸職員の送別会、お花見ウォークを実施しました。
- ・5/11の栄いちばんまつりに、希望者との外出を考えています。
- ・案：かき氷50円食べ放題、スポーツレク、納涼祭、音楽祭、ホットプレートなど使ったの食べ物系、交通機関を使ったの外出、かぼちゃのマーク探し（ハロウィン）、看護師さんとの座談会、就労座談会… 納涼祭は、利用者さんの参画を考えています。

○次回は、5/3（金祝）16:00～17:00。ぜひご参加ください😊

4月の参加者は  
13名でした!



## スポーツレク

お待たせしました!  
久しぶりのスポーツレクやります🔥

今回は今栄区で流行中の・・・

**ボッチャ大会**です!!

日時：2024年5月18日(土)  
13:00～15:00

場所：センター集会室・卓球室

参加費：無料

持ち物：水分、タオルは各自持参をお願いします。

ポスターでもお知らせしますのでご確認ください。

たくさんのご参加お待ちしております👏



