栄区生活支援センター 2024年 6月号

日	月	火	水	木	金	土
						1
2 休館日	3	4	5	6 RIYOMI 16:00～17:00	7	8
9 休館日	10 業者清掃 9:00～12:00	11	12	13	14	15 昼カラ 14:00～15:30
16 休館日	17	18 さかえ会 12:30～17:00	19 木村 Cr. 相談 13:00～	20	21	22 ひだまり 10:00～12:00
23/30 休館日	24	25 リカバリー講座 15:00～16:30	26	27	28 永露 Dr. 相談 13：30～	29 水彩画コラージュ 13：40～15：40

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。

■…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、麻雀は出来ません。

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いただけます。
今月は【マインドフルネス3】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：スタッフ募集】です。

昼食会
は引き続き
お休み致します。

水彩画コラージュ

海渕先生に教えて頂きます！
テーマは【夏！】です。８月に予定している納涼祭に向けて！

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 検索
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 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. ：６月は第３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が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★

★5 月 3 日（金）に開催しました★

１、本日のテーマについて

◎イベントについて
・スポーツレク：５月はボッチャ。今後やりたいスポーツレクは？
・納涼祭
・昼カラオケの振り返り
・誕生日会について

２、つぶやきボックスより

◎本と本棚を設置して欲しい。
◎利用者が個人の判断で行動しないで欲しい。
スタッフが仲介して欲しい。

○次回　6/6（木）16：00～17:00
テーマは、「納涼祭について」
その他何かありましたら、スタッフまでお声かけください😊

納涼会 実行委員募集！

今年の納涼会は**８月２４日**に決定しました！
一緒に考えてもらえる実行委員を募集しています。
興味のある方は是非、職員にお声掛けください！
お待ちしておりまーす！！

～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、是非見にいらしてください♪

愛がかつ
みんなでそれを
話し合う

ねるこGAO

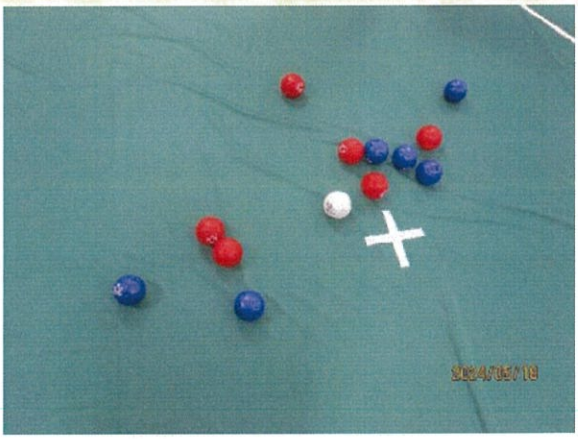
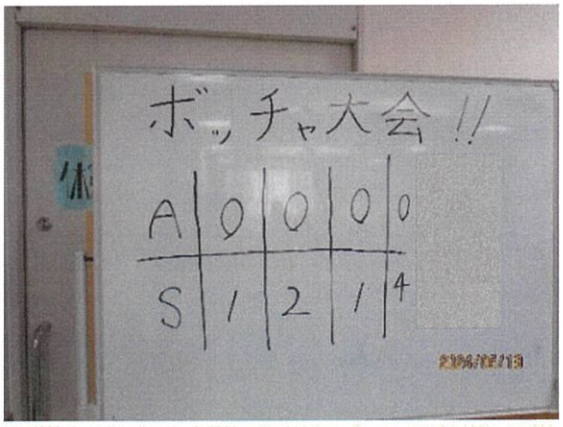
みんな楽
次に大切
自分楽

ねるこGAO

「私の夢、あるいは目標」

趣味というより生き甲斐の絵については自身が50歳までには「自分が納得できる絵」を創作したい。「納得」という言葉がしっくりくる。
最高地点でもゴールでもない。なんつーか「うん。これだ」みたいな。果たしてそんな時は訪れるのかわからないし、どんな絵かもわからないが、そんな瞬間が来たら最高にうれしいな、と。
あ、あと仕事も50歳になっても続けたいかな。クビにならないよう気をつけなきゃな——（笑）
どちらにせよ、健康あってのことですね。ぼちぼちやっていきます。

S

5/18（土）ボ・ッ・チ・ヤ　奮戦記

コロナで休止していたスポーツレクを再開しました。手始めはセンターでできるもの、ということでおなじみのボッチャを開催。
４名の利用者と３名のスタッフ（うち１人は審判）で、ちょこっと練習したらすぐゲームをスタート。初めての方でもすぐ楽しめるのがボッチャのいいところ。ピタッと寄せても大きく外しても、みんなで大盛り上がり。利用者の１人は「楽しかった」を連発されていました。
しかしボッチャといえども運動は運動。１ゲームを終えて上がった「もう１回」の声も、２ゲームが終わるとまったく出てきませんでした。
さあ次回は「あなた」のご参加、お待ちしてます！