



# 栄



2025年

# 区生活支援センター5月号

日	月	火	水	木	金	土
	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>
4 休館日	5	6	<del>7</del> RIYOMI 16:00~17:00	<del>8</del> さかえ会 13:00~16:30	9	<del>10</del> 昼カラ 14:00~15:30
11 休館日	12 業者清掃 9:00~12:00	13	14	15	16	<del>17</del> スポーツデー 11:00~13:30
18 休館日	19	20 さかえ会 13:00~16:30	21	22	23 永露 Dr. 相談 13:30~	<del>24</del> ひだまり 10:00~12:00
25 休館日	26	27	28 木村 Cr. 相談 13:00~	29	30	<del>31</del>

...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。

RIYOMI  
★毎月開催★

今月は5/7(水) 16:00~17:00開催。テーマは「サークル活動について...もう少し深く」です。ぜひご参加ください😊 その他お話ししたい内容等ございましたらスタッフやつぶやきボックスまで。



スポーツデー  
★5/17(土)開催★  
11:00~13:00



場所は栄スポーツセンター第一体育館です。室内履き、タオル、飲み物を持参してください。センター及び現地集合です。参加費無料。参加を希望される方はスタッフまでお声かけください。

### インターネットサービスの取り扱い変更について

4月1日より、現行の有料サービスとしてのインターネットサービスを廃止しております。当面の間は現行のサービスを無料で提供いたします。お一人様1時間を限度とさせていただきますので、ご理解いただけますと幸いです。

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）：毎月第4金曜日

※お一人様30分の相談となります。

## カウンセラー相談



対象者：利用者

◆予約制（費用は無料です）

●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月9日（木）に開催しました★

### 1. センターからのお知らせ

- ・スポーツレク 競技などは決まりしだい告知します。
- ・12月に本郷台駅前の SAKAESTA で展示する作品を募集します。
- ・夕食サービス休止の木曜日には、防災用のご飯を提供します。持ち帰り不可。
- ・書籍購入の希望がありました→検討します。
- ・地域清掃は桜を見たりして楽しかった→今後も不定期で行っていきます。
- ・人との付き合い方について ・調子によって左右される・人に相談するようになると気持ち楽になる・むやみに連絡先を交換しないようにしている・距離感を保つようにしている・断る勇気を持つ・センターは他の場所とは特殊な空間だと思っている。それぞれの障害特性がわからないため、むやみに声をかけたり、深くかかわらないようにしている。等々のご意見をいただきました。

### 2. つぶやきボックス

- ・500円メニューで「とんかつ」を、400円メニューで「油淋鶏」を食べたい。

【次回】5/7(水)16:00～17:00 テーマ⇒「サークル活動～もう少し深く」「GW何してた？」

4月の参加者は  
12名でした。





## 4/5 (土) ご近所をお掃除



不定期の地域清掃、第1回を花見がてらに行いました。今月も天気の良い土曜日に実施を予定しています。その名も「クリーンアップ栄」にぜひご参加を！

## 5/17 (土) スポーツデー

日時：2025年5月17日(土)11:00~13:00  
場所：栄スポーツセンター  
参加費：無料  
持ち物：室内履き、飲み物、タオル  
センター又は現地集合です。  
参加希望の際は、センターまでご連絡ください😊

# 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、ぜひ見にいらしてください♪



## みなさん元気ですかー！！??

止まらない物価値上げで、趣味などに使える予算を縮小中の私。絵しかお金は使えてない日々で、さかえセンターには描いた絵を飾っております。ご来館のついででもチラッと見てくれたらうれしいです。

