

栄区生活支援センター 2026年 2月号

日	月	火	水	木	金	土
1 休館日	2	3 職員会議 10:00～12:00	4 集会室使用 13:30～15:00	5	6 かいがーず 10:30～12:00 音楽サークル 14:00～15:30	7 かいがーず 10:30～12:00 音楽サークル 14:00～15:30
8 休館日	9 業者清掃 9:00～12:00	10	11	12	13	14 昼カラ 14:00～15:30
15 休館日	16	17 職員会議 10:00～12:00 さかえ会 13:00～16:30	18	19	20	21
22 休館日	23	24 リカバリー講座 15:00～16:30	25	26 木村Cr.相談 13:00～	27 永露Dr.相談 13:30～	28 ひだまり 10:00～12:00
		☐…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。				

かいがーず
★2/7 (土) に開催★

春をテーマにした作品づくりを行います♪10:30～12:00開催。
皆さんの参加、お待ちしております！参加費は無料、事前の申し込みも不要です。

RIYOMI
★2/13 (金) に開催★

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？
テーマは【センターイベントを話していこう！】♪ご参加お待ちしております☆

リカバリー講座
★2/24 (火) に開催★

ご家族、関係機関の方を含め、どなたでもご参加いただけます。
今回は「怒りのコントロール」です。※詳しくは館内ポスターをご覧ください。

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

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



カウンセラー相談



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(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。

対象者：利用者

◆予約制（費用は無料です）

●木村Cor.：毎月第4(木)曜日13:00～

・通常月と異なるのでご注意ください。

※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★

★1/9(金)に開催しました★

1月の参加者は
11名でした!



1. つぶやきボックスより

○夕食メニューについて

・300円メニューで焼うどんが食べたい! ⇒ 副菜おまかせで可能です!

・500円メニューでとんかつが食べたい! ⇒ 400円メニューでも可能です!

○その他

・クリスマス会についての感想いただきました。

・麻雀のルールについて質問がありました。回答については、センター内掲示板をご覧ください。

2. 2026年の抱負!

・健康に気を付ける。

・今年はメンタルをリカバリーしていく。

・小説を完成させたい。and作曲も。

・いきいきと楽しく過ごす。

・昨年より2026年をより良くする。

・スポーツジムへ行く!!

<次回>

日程：2026年2月13日(金)16:00～17:00

テーマ：センターイベントを話していこう!

音楽サークル

2月7日（土）14：00～15：30開催

場所：センター集会室スペース



みんなで歌ったり、リズムで体を動かしたり
自由に楽しみましょう。見学だけでもOK！
お持ちの楽器参加也大歓迎！
今回はハンドベルを使ってみんなで音を奏で
てみましょう♪

事前申し込み・費用は必要ありません！
皆様のご参加お待ちしております😊



3月7日 (土) 13:40~

センターフロア

内容については決まり次第センター内で掲示、
センター便り3月号でもお知らせしますので
ご確認をお願いいたします🐙

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、是非見にいらしてください♪

