

磯子区生活支援センターだより

発行：横浜市磯子区生活支援センター（横浜市磯子区森4-1-17 3階）
開館時間：午前10時から午後7時まで（火曜日は午前11時から午後5時まで）
電話：045-750-5300 URL: <https://yccc.jp/mental/life-support/isogo/>
夕食など有料サービスの受付と利用時間は下記のお知らせの欄のとおりです
清掃実施日も変更（原則月・木）していますので、入浴サービスご利用のときはご注意ください。
※警報等の発令時には、生活支援サービスの休止や閉館時間を早めることがあります。

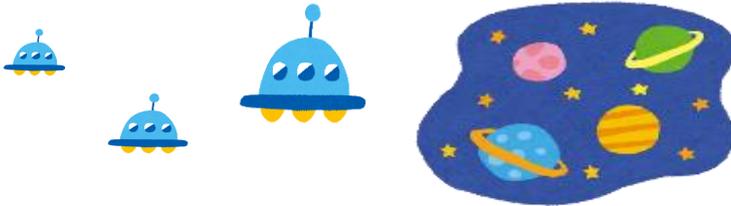


休館日
毎週 日曜日

今年もここをこめて

七夕飾りにご協力ください

宇宙船が飛ぶ時代でも星への願いは不変



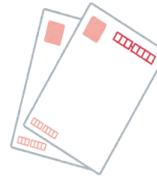
短冊や飾りに願いを託して、七夕飾りをつくりましょう。フロアに短冊や折り紙をご用意しています。好きな時に作って、好きなように飾ってください。

日時：7月6日（土）まで

場所：磯子区生活支援センター フリースペース

予告

パソコンを使ったオリジナルカードづくりを8月に予定しています。パソコンが得意な人も経験のない人も、たくさんのご参加をお待ちしております。詳細は7月中に館内に掲示します。乞うご期待!!!



7月1日から磯子区生活支援センターの 休館日・利用時間が変更になりました

1. 休館日 毎週日曜日、年末年始（12月29日～1月3日）
2. フリースペースの利用時間 10時～19時（火曜日は11時～17時）
3. 洗濯・入浴・インターネットサービスの受付時間 **（月水木金土）10時～18時**
（火）11時～16時
4. 入浴サービスの利用時間 （水金土）10時～19時
（火）11時～17時（月木）11時半～19時
5. 夕食サービスの利用時間 18時～19時（火曜日はありません）
6. 電話の相談時間 10時～13時／14時～18時（火曜日は10時～17時）

皆様のご理解とご協力をお願いいたします。

7月プログラムのお知らせ 磯子区生活支援センター

Cafe de 屏風ヶ浦☆

毎週金曜日にカフェを開店しています。
お茶を飲みながら、のんびりとおしゃべりを
楽しみましょう♪

※第1金曜日は利用者ミーティングを実施します。

※第3金曜日は好きな音楽を楽しみましょう

メニュー：コーヒー1杯 50円

麦茶飲み放題 10円



日時：毎週金曜日 15:00～16:00

(第1金曜日は 15:00～16:30)

場所：磯子区生活支援センター フリースペース

磯子 ECO 倶楽部☆

地球をきれいに、地域もきれいに。

ささやかだけど、実りある一歩。

ご参加ください 🐾



日時：7月8日(月)15:00～16:00

集合：磯子区生活支援センター

実施場所：磯子区生活支援センター周辺

※ 雨天中止です

みんなで ISOGO 体操☆

肩が痛いな〜とか、首が辛いな〜とか・・・
身体を少しでも元気にしたい！

地味に効きますよ〜

ゆっくりと身体のメンテナンスをしませんか？

※開催曜日を変更しています、ご注意ください。

日時：毎週土曜日 10:30～11:00

場所：磯子区生活支援センター 食堂

「ISOGO 体操」絶賛開催中！！ 来てね！

絵手紙教室☆

季節にあった絵手紙を作成します。

申し込み不要なので飛び入り参加大歓迎です。

お気軽にご参加ください！

今月のテーマは、「夏を描こう (西瓜^{すいか})」です！

日時：7月15日(月)14:30～16:00

場所：磯子区生活支援センター フリースペース



散歩スペシャル☆

みなさんで歩きながら交流を深めましょう
行先は当日相談しながら、足の向くまま
こころの向くまま・・・工房タッチに行きます♪

日時：7月10日(水) 14:30～15:30

集合：磯子区生活支援センター

※雨天決行

※飲み物・帽子等の暑さ対策をお願いします



書道教室☆

お手本を参考にしたり、好きな言葉を書いても。
道具はこちらで用意していますが、自分の道具を
持参して頂いても構いません。

日時：7月18日(木)

14:00～15:30

場所：磯子区生活支援センター

フリースペース



黙々会☆

本を読む方、外を眺めている方…。過ごし方は人それぞれ、何もしなくても大丈夫。お気軽にご参加ください。

※開催時間を変更しています、ご注意ください。

日時：7月11日(木) 14:00～15:00

7月25日(木) 14:00～15:00

場所：磯子区生活支援センター フリースペース

※講師やスタッフが教える教室ではありません。

※いろんな材料を支援センターが用意しています。



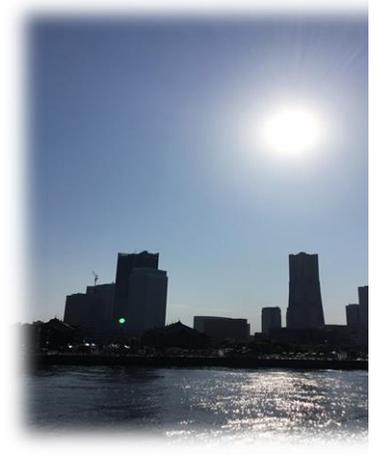
紙面の都合により、今月のピアスタッフ美幸の一言コラムはお休みさせていただきます。

5月のさわやかな晴天のもと、参加者総勢14人で乗り込んだマリンシャトル。市バスでの移動もちよとした旅行気分♡

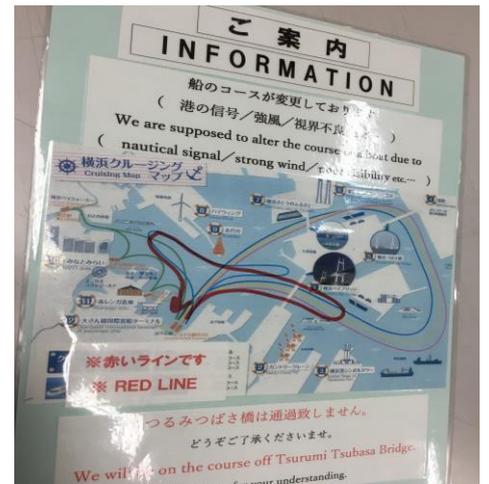
海から見る横浜は、大都市の陣容と歴史ある港町を実感させる素晴らしい眺め。

潮風を思いっきり吸い込んで、思い思いにくつろいだ楽しい1時間でした。

事業報告



青い海と潮風とマリンシャトル



利用者自主活動のお知らせ

☆鉄ちゃんの会☆

鉄ちゃん、鉄子さん、撮り鉄、乗り鉄、音鉄、模型鉄…
鉄道に興味のある方なら参加OK!
鉄道の話をして盛り上がりましょう!



日時：7月26日(金) 15:00~16:00
場所：磯子区生活支援センター
フリースペース

☆アートワーク☆

自分を絵や様々なもので表現して、楽しい時間を過ごしましょう。
お気軽にご参加ください。また、色々質問してくれると嬉しいです。

日時：7月19日(金)
14:00~15:00
場所：磯子区生活支援センター相談室

嘱託医相談

本人・家族だけでなく、どなたでも相談できます。「予約制」です。
当センターへお申し込み・お問い合わせ下さい。
※今年度より内科の嘱託医相談は中止となりました。



< 精神科 >

7月 5日(金) 14:00~16:00 西尾先生 (横浜市総合保健医療センター)
7月 12日(金) 14:00~16:00 西尾先生 (横浜市総合保健医療センター)
7月 25日(木) 16:00~17:00 塩崎先生 (横浜市総合保健医療センター)

7月夕食サービス献立表

【夕食サービスの利用の仕方】

- * 夕食サービスは、登録が必要となります。
- * 夕食を注文したい日の前日から当日午後3時までに、磯子区生活支援センターへ電話・来館・インターネットにてお申し込みください。（月曜日分は2日前の土曜日より注文可能です。）
- * 食事時間は午後6時～7時です。食事の後に自分が使用した食器を洗って頂きます。
- * 料金は400円です。
- * 夕食サービスの当月中の予約をしたい方は、注文票の提出をお願いします。注文票はスタッフまで。

【キャンセルについて】夕食サービスを予約してお金を支払った後でも、キャンセルすることができます。早めにスタッフへお知らせください。当日午後3時以降のキャンセルには全額のキャンセル料がかかります。

日	月	火	水	木	金	土	
	1 餃子 冷奴 ご飯 スープ	火曜日の夕食サービスの提供は、 1ヶ月承りいただけません。 	3 豚肉の生姜焼き 和え物 ご飯 みそ汁	4 ビビンバ丼 韓国風サラダ スープ	5 鶏肉のハーブ焼き サラダ ご飯 スープ	6 スパゲッティ ミートソース サラダ スープ	
7 休館日	8 豚肉の冷しゃぶ 煮物 ご飯 スープ		10 今日の魚料理 おひたし ご飯 みそ汁	11 コロケ 漬物 ご飯 みそ汁	12 焼きそば サラダ スープ	13 チキンカレー サラダ デザート	
14 休館日	15 豚肉としめじの 味噌炒め おひたし ご飯 みそ汁		17 肉じゃが 酢の物 ご飯 みそ汁	18 冷やし中華 スープ デザート	19 和風ハンバーグ サラダ ご飯 スープ	20 今日の魚料理 炒め物 ご飯 みそ汁	
21 休館日	22 鶏のからあげ 酢のもの ご飯 スープ		24 野菜と豚肉の ピリ辛炒め サラダ ご飯 みそ汁	25 ごまオクラ チャーハン 炒め物 デザート	26 厚揚げのそぼろ煮 おひたし ご飯 みそ汁	27 夏野菜カレー マリネ スープ	
28 休館日	29 豚キムチ炒め サラダ ご飯 スープ		31 三色丼 冷奴 みそ汁				

※都合により献立を変更させていただく場合があります。予めご了承ください。