

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：10時から19時まで（火曜日は11時から17時）

電話：045-750-5300 URL: <https://yccc.jp/mental/life-support/isogo/>
夕食以外の有料サービスの受付は、火曜日は11時～16時、月水木金土は10時～18時です。

※清掃実施日（原則月・木）の入浴サービス受付時間は11時30分～18時となります。

※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。



毎週日曜日
休館です

地域のお祭りに行きませんか

- ★森浅間神社例大祭 8月14日（水） 集合時間：14:30
集合場所：磯子区生活支援センター
- ★汐見台祭り 8月24日（土） 集合時間：14:30
集合場所：磯子区生活支援センター
- ★参加費 無料、お小遣いはご持参ください。



<オリジナルメッセージカード作り>

内容：パソコンを使ってハガキサイズのオリジナルメッセージカードを作ります。講師の先生が丁寧に教えながら行いますので、初めての方も安心してご参加下さい。「暑中見舞い」「誕生日お祝い」「ちょっとしたお手紙代わりに」などなど、それぞれの用途に応じた素敵なオリジナルカードを作成しましょう！！

日時：**8月20日（火）**（**8/10（土）申込締め切り**）
14:00～16:00（参加数や印刷枚数などで前後することあります。）

場所：生活支援センター内

参加費：無料 ※**カード印刷1枚につき、10円の印刷代**をいただきます。

定員：2～3名程度

※上記の開催時間帯は、大変申し訳ありませんが、インターネットサービスがご利用できません。
皆様のご理解・ご協力をよろしくお願いいたします。



登録更新手続き受け付け中

平成27年度より、支援センターの利用をしていただくにあたり、原則**3年毎の登録の更新手続き**が必要となりました。

6月中旬に、これまで登録されている皆様宛に更新手続きのご案内を発送いたしました。更新をご希望の方は、磯子区生活支援センターにご来館のうえ手続きくださいますようお願いいたします。

今年度は**平成27年度に新規登録された方、更新手続きをされた方が対象**です。

8月の休館日

4日・11日・18日・25日

火曜日の開館時間

11時～17時

（6日・13日・20日・27日）

月・水・木・金・土の開館時間

10時～19時

8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週目は利用者ミーティング、
第3週目は好きな音楽を語る会をあわせて実施しま
す。

メニュー：本格コーヒー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

みんなで ISOGO 体操☆

日頃 運動不足を感じているあなた！
健康アップを狙っているあなた！
ちょっと気分を変えたいなあ…と
感じているあなた！そんなあなたも一緒に、
気持ちよ～く負担なく体を動かしませんか？



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

散歩☆

スペシャルで一歩

今月の散歩は、工房タッチへ何う
スペシャルバージョン☆

みなさんでおしゃべりしながら散歩しましょ！
ぜひご参加ください！

日 時：8月7日(水) 14:30～15:30 ※雨天決行
集合場所：磯子区生活支援センター
※暑いので飲み物などは各自で持参してください。



※8月の絵手紙教室はお休みです。



ピアスタッフ美幸の
一言コラム♪

黙々会☆

ぬりえや折り紙・読書、または見学もO.K.
一緒にフロアで過ごしませんか？

お気軽にご参加ください。



日 時：8月 8日(木) 14:00～15:00
8月22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。
※ぬりえ・折り紙は支援センターで用意していますが、
ご持参いただいてもかまいません。

磯子 ECO 倶楽部☆

身体を動かして、地域もきれいに
一石二鳥♡の倶楽部ですよ
ぜひご参加ください！



日 時：8月12日(月) 15:00～16:00

集 合：磯子区生活支援センター

場 所：磯子区生活支援センター周辺

※ 雨天中止です

地球の
仲間を
助けよう

書道教室☆

書道の先生が優しく教えて下さいます
道具は、こちらで用意していますが、
持参して頂いても構いません。
今月は自習です。



日 時：8月15日(木) 14:00～15:30

場 所：磯子区生活支援センター 食堂

メモや紙類を分かりやすく、まとめることに悩ん
でいます。

「何処にメモ等をしたか忘れてしまう」のです。
できそうな工夫を1つ見つけました。「残したい
紙類、メモを1冊のノートにまとめること」でし
た。日付順に残していくのが良いようです。
考えずに貼れ、メモもでき、書き終えたものは後
からでもちゃんと検索できるとストレスが少な
く継続できそうです。

ノートをまとめる時でハマっている作業もあり
ます。テープのりで手も汚さずキレイに貼るこ
と、ハサミで貼るものを好きなように切っていく
ことです。しかし、MYルールが確立できていない
のでお見せできる日はまだ先になりそうです。

事業報告

ある日の「Café de 屏風浦」の風景

みんなでワイワイおしゃべりしながら、マスターの淹れるコーヒーやお茶を楽しんでいます♡

好きな音楽を聴く会の日には、ジャズでもロックでもJポップでも何でもオッケーですよ♡



利用者自主活動

笑顔がいいね！みーんないいね！

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：8月16日（金）14:00～15:00
場所：磯子区生活支援センター相談室

鉄ちゃんの会

鉄道に興味のある方なら参加OK！
秘境駅・美味しい駅弁・故郷の鉄道
…etc. 鉄道の話をして盛り上がりましょう！



※開催日に変更があります！ご注意ください。

日時：8月30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

統合失調症の家族教室

共催 磯子区精神保健福祉家族会なぎさ会・磯子区生活支援センター

9月 9日（月）親亡き後の当事者の生活について
10月 7日（月）通過型グループホームの取り組みについて
11月 11日（月）法人による成年後見について

●各回 13:30～15:30 ●場所：屏風ヶ浦ケアプラザ ●統合失調症のいるご家族等 30人（先着）

今年も開催します！
詳細は9月号
センター便りを
ご確認ください☆

嘱託医相談

ご本人・ご家族の相談をお受けしています。「予約制」となっております。
2日前までに当センターへお申し込み・お問い合わせ下さい。
*22日（木）については20日（火）がお申込み締め切りとなります。



< 精神科 >

8月 2日（金）	14:00～16:00	西尾先生（横浜市総合保健医療センター）
8月 9日（金）	14:00～16:00	西尾先生（横浜市総合保健医療センター）
8月 22日（木）	16:00～17:00	塩崎先生（横浜市総合保健医療センター）

8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、磯子区生活支援センターへの登録が必要です。
 - * 料金は400円です。
 - * 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（750-5300）、または来所してスタッフへお申し込みください。（月曜日分は、土曜日に注文できます）
 - * 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。
 - * 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。
- ※ 警報等の発令時には、夕食サービス等の休止や閉館時間を早めることがあります。

【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	2	3
				ハンバーグ 和え物 ご飯 みそ汁	高野豆腐の肉 そばろ卵とし けんちん汁 ご飯 デザート	鶏のトマトソ ース煮 サラダ ご飯 スープ
4	5	火曜日の夕食サービスの提供は、行っておりません。 ご了承ください。	7	8	9	10
休館日	ねばねば冷や しうどん 煮物 デザート		鶏のから揚げ サラダ ご飯 味噌汁	五目ちらし 煮物 漬物 お吸い物	和風酢豚 サラダ ご飯 スープ	本日の魚料理 野菜炒め ご飯 味噌汁
11	12		14	15	16	17
休館日	鮭とキュウリ のさっぱり寿 司 炒め物 味噌汁		ソース焼きそ ば サラダ 中華スープ	チキンカツ サラダ ご飯 味噌汁	三色丼 煮物 漬物 味噌汁	スパゲッティ ナポリタン サラダ スープ デザート
18	19		21	22	23	24
休館日	豚の生姜焼き 煮物 ご飯 味噌汁		ざるそば 野菜天ぷら 和え物	マーボ豆腐 和え物 ご飯 スープ	ミートボール の甘酢あんか け 煮物 ご飯 すまし汁	チキンカレー サラダ デザート
25	26		28	29	30	31
休館日	中華うま煮 和え物 ご飯 スープ	豚焼肉丼 サラダ 冷奴 スープ	鶏ゴボウの炊 き込みご飯 肉じゃが 味噌汁	豚の冷しゃ ぶ 炒め物 ご飯 味噌汁	たっぷりあ んの皿うどん 酢の物 スープ	

※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。※