

# 港北区生活支援センター便り

〈令和2年9月号〉

発行 横浜市港北区生活支援センター  
住所 〒222-0035 横浜市港北区鳥山町1735 横浜市総合保健医療センター4階  
TEL 045-475-0120 ホームページ <https://yccc.jp>  
開館時間 月～土：10時半～19時半、日：10時半～16時半 【休館日：毎週火曜日および年末年始】  
相談電話 月～土：10時～18時（13時～14時 職員引継ぎ時間を除く）、日：10時～17時



※初めて生活支援センターをご利用される方には、館内施設説明及び利用規則等の「利用案内」をさせていただきます。  
登録を含めた利用案内の場合には、1時間くらいのお時間が必要となりますので、事前に電話でご予約のうえお越しください。  
ご予約が無い場合には、再度ご来館をお願いすることもございますのでご了承ください。

9月の休館日（毎週火曜日）…… 1日、8日、15日、22日、29日

9月の運営について

9月のフロアプログラムも引き続き中止いたします。来館の際は、検温、手指消毒、マスク着用をお願いします。

10月1日より、港北区生活支援センターの利用時間が変わります。

変更点：休館日 毎週火曜日 ⇒ 毎週日曜日（年末年始もお休みです）  
短時間開館日 毎週日曜日 ⇒ 毎週土曜日

	毎週日曜日休館	
	月曜日～金曜日	土曜日
フロア利用時間	10:30～19:30	10:30～16:30
電話相談時間	10:00～18:00 ※13:00～14:00は職員引継ぎ時間	10:00～17:00
夕食サービス	18:00～19:00 ※上記時間内に食事を済ませてください	なし
入浴サービス	受付時間：10:30～18:30	受付時間：10:30～15:30
洗濯サービス	受付時間：10:30～18:30	受付時間：10:30～15:30
インターネットサービス	受付時間：10:30～19:00	受付時間：10:30～16:00
事務所運営時間	9:00～20:00	9:00～17:00

電話相談時間以外でも各種申込み、キャンセル、緊急電話等は受け付けます。

## 就労ミーティング開催のお知らせ（事前申込制）

就労中、就職活動中の当事者2名の方から、経験談をお話していただきます。

就労に興味がある方、今は考えていないけど話だけ聞きたい方、支援の参考にしたい関係者の方など、どんな方でもご参加可能です。当事者の方に直接質問できる時間もあり、実践的な内容で充実した企画です。

当日は、マスク着用・会場入り口にての検温・消毒にご協力いただきますようお願いいたします。

日時：令和2年9月12日（土）14時～16時

場所：横浜市総合保健医療センター 4階「講堂」

（生活支援センターと同じ階です）

申込：港北区生活支援センターにて受付（毎週火曜日休館）

045-475-0120

定員：先着20名

定員になり次第締め切らせていただきます



【主催・お問い合わせ先】

就労支援センター ぱーとなー TEL 045-475-0142

港北区生活支援センター TEL 045-475-0120

## 嘱託相談

●医師相談（精神科）第1月曜・第2水曜  
9月 7日（月）13:00～、13:30～  
9月 9日（水）15:00～、15:30～  
10月 5日（月）13:00～、13:30～  
10月14日（水）15:00～、15:30～

●心理士相談 第2・第4金曜  
9月11日（金）10:30～、11:00～  
9月25日（金）10:30～、11:00～  
10月 9日（金）10:30～、11:00～  
10月23日（金）10:30～、11:00～

★ご相談は一回30分です

★相談日の一週間前までに  
予約してください



令和2年

# 9月 夕食サービス献立

港北区生活支援センター

夕食の注文は午後1時までです。支援センターのホームページ (<https://yccc.jp>) から、当日分の注文ができます。ぜひご活用ください!!

## 《夕食サービスの利用方法》

- ★一食400円です。夕食時間は午後6時から午後7時までです。
- ★夕食の注文は午後1時までです。
- ★当日午後1時以降のキャンセルにはキャンセル料が発生します。
- ★キャンセル料は食事代の全額負担をお願いいたします。
- ★ご飯の小盛りを希望される方は、夕食注文時にお申し出下さい。
- ★食材の仕入れ状況により献立内容を変更する場合があります。

★ご飯の量は選べます

普通盛り…250g  
小盛り…170g

夕食を注文される際には、自宅で検温し、発熱や咳症状等がある場合は来館を控えていただくようお願いいたします。また、来館時には、感染症対策にご協力をお願いいたします。  
※食事は1日10食まで、先着順とさせていただきます。

日	月	火 1	水 2	木 3	金 4	土 5
		 休館日	300円メニュー 冷やしうどん 漬物 デザート	肉団子の甘酢あん サラダ ご飯 味噌汁	鶏の柚子胡椒焼き サラダ ご飯 味噌汁	中華丼 即席漬け スープ
6	7	8	9	10	11	12
 夕食なし	鮭のムニエル きんぴらごぼう ご飯 味噌汁	 休館日	鶏の唐揚げ サラダ ご飯 味噌汁	ちらし寿司 煮物 すまし汁	春巻き サラダ ご飯 味噌汁	なすのスパゲッティ サラダ スープ
13	14	15	16	17	18	19
 夕食なし	餃子 サラダ ご飯 味噌汁	 休館日	麻婆春雨 サラダ ご飯 味噌汁	豚肉の野菜巻き 冷奴 ご飯 味噌汁	和風ハンバーグ サラダ ご飯 味噌汁	焼肉丼 ナムル 味噌汁
20	21	22	23	24	25	26
 夕食なし	ピーマンの肉詰め サラダ ご飯 味噌汁	 休館日	オムライス サラダ スープ	コロッケ サラダ ご飯 味噌汁	野菜炒め ひじき煮 ご飯 味噌汁	チキンカレー サラダ ヨーグルト
27	28	29	30	夕食サービスのご利用について センターでは、食中毒防止など衛生管理上の観点から、夕食サービスを申込みされた方は、午後7時までに食べ終えて頂くようお願いをしています。 また、ご連絡のない場合には、処分させていただきますのでご了承ください。		
 夕食なし	油淋鶏 冷奴 ご飯 味噌汁	 休館日	豚の生姜焼き サラダ ご飯 味噌汁			