



港北区生活支援センター便り

〈令和2年10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～金：10時半～19時半、土：10時半～16時半 【休館日：毎週日曜日および年末年始】
 相談電話 月～金：10時～18時（13時～14時 職員引継ぎ時間を除く）、土：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。

10月の休館日（毎週日曜日）…… 4日、11日、18日、25日

生活支援センター利用者の皆様

令和2年10月1日から18区の生活支援センターの開館日・開館時間等が統一されたことに伴い、今後は、面接相談や電話相談、訪問・同行などの相談につきましては、原則お住まいの区のセンターが担当します。現在、お住まいの区以外のセンターに継続しているご相談については、この限りではありません。現在ご利用されているセンターで個別に対応させていただきます。
 なお、居場所（フリースペース）の利用やプログラムへの参加、食事・入浴・洗濯等のご利用につきましては、これまでどおり、お住まいの区以外のセンターもご利用いただけます。

地域で暮らす精神障害者を支える拠点施設として、支援の充実に引き続き取り組んでまいりますので、ご理解・ご協力のほど、よろしくお願いいたします。

18区生活支援センター

港北区生活支援センターの運営時間

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。

10月の運営について

10月もあみねっとプログラム、いろどりの会は引き続き中止いたします。
毎年10月に開催されていまして横浜市総合保健医療センターの文化祭も中止です。

来館の際、プログラム参加の際は、検温、手指消毒、マスク着用をお願いします。

利用者ミーティングは開催します。

日時：10月14日(水) 16:00～

テーマは、10月からの利用時間変更について(休館日の過ごし方について)、その他フリートークです。

感染症対策を行いながら
開催します。
ぜひご参加ください。



いろどりの会から

定例会をはじめとして会の活動は、当面の間、休止とさせていただきます。
安心して活動ができる状況になりましたら、再開していく予定です。

10月から夕食サービスの注文締め切り時間を**14時まで**に延長します。

ご注文は、従来通り、来館・電話・インターネットで受け付けています。

14時以降キャンセルは、キャンセル料として全額負担いただきますので、ご了承ください。



嘱託相談

- 医師相談(精神科) 第1月曜・第2水曜
10月 5日(月) 13:00～、13:30～
10月14日(水) 15:00～、15:30～
11月 2日(月) 13:00～、13:30～
11月11日(水) 15:00～、15:30～

★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

- 心理士相談 第2・第4金曜
10月 9日(金) 10:30～、11:00～
10月23日(金) 10:30～、11:00～
11月13日(金) 10:30～、11:00～
11月27日(金) 10:30～、11:00～



フラワーアレンジメント開催

お花をいけてみませんか。初めての方、男性も大歓迎。
感染症対策のため人数制限をして開催します。

日時 11月7日(土) 13:15~14:15 / 14:30~15:30 (入れ替え2部制)

場所 港北区生活支援センター

参加費 300円 (当日払い)

申込み 10月1日(木)~ 先着10名(前半5名、後半5名)
港北区生活支援センターにて受付(電話または来所)

※2部制のため、申し込みの際は、どちらのお時間をご希望かお聞きします。
定員に達した場合は、ご希望に添えないこともありますので、ご了承ください。

主催 オリーブの会



生活力向上講座開催のお知らせ (事前申込制)

～新型コロナウイルスを知ろう！～

感染症拡大防止のため、様々な工夫が求められていますが、新型コロナウイルスについて、詳しく知っていますか？

今回の講座では、コロナウイルスに関する動画を見てクイズに答えたり、当財団の医師による質疑応答の時間を設け、改めて感染症対策について考えたいと思います。手洗いチェッカーでの手洗いチェックも行います。

新型コロナウイルスの知識と予防について一緒に学びましょう！

日時 10月5日(月) 13:00~14:00

定員 5名 (先着順です)

会場 港北区生活支援センターフロア

対象者 市内在住の方

(港北区生活支援センターに登録が無い方でも参加可能です)

講師 ・川越医師 (精神科)

・港北区生活支援センタースタッフ

申込 事前申込制 港北区生活支援センターにて受付

TEL:045-475-0120



【お問い合わせ先】

港北区生活支援センター

TEL 045-475-0120

令和2年

10月 夕食サービス献立

港北区生活支援センター

10月1日より、夕食注文締め切り時間が、午後1時から、午後2時までに延長されました。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。ぜひご利用ください!!

《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2時までです。
- ★当日午後2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

日	月	火	水	木	金	土
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。				1 300円メニュー 焼きそば 味噌汁 デザート	2 すき煮 浅漬け ご飯 味噌汁	3 夕食なし
4 休館日	5 鶏の竜田揚げ サラダ ご飯 味噌汁	6 豚丼 浅漬け 味噌汁	7 ハヤシライス サラダ デザート	8 ロコモコプレート スープ	9 鮭のホイル焼き 青菜のお浸し ご飯 味噌汁	10 夕食なし
11 休館日	12 豚肉と茄子炒め 冷奴 ご飯 味噌汁	13 キーマカレー ピクルス ヨーグルト	14 三色丼 きんぴらごぼう 味噌汁	15 コロケ 酢の物 ご飯 味噌汁	16 焼売 サラダ ご飯 味噌汁	17 夕食なし
18 休館日	19 クリームシチュー サラダ ご飯	20 ちらし寿司 煮物 すまし汁	21 照り焼きチキン サラダ ご飯 スープ	22 和風スパゲティ サラダ スープ	23 豚の生姜焼き サラダ ご飯 味噌汁	24 夕食なし
25 休館日	26 肉じゃが 青菜の白和え ご飯 味噌汁	27 チンジャオロース ご飯 春雨スープ	28 麻婆豆腐 サラダ ご飯 味噌汁	29 そばろ丼 浅漬け 味噌汁	30 一口カツ サラダ ご飯 味噌汁	31 夕食なし

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時までに食べ終わっ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。