

# 港北区生活支援センター便り

〈令和3年2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。

## 緊急事態宣言中の運営及び引き続きのお願いです。

現在、首都圏を中心に2月7日までの予定で「緊急事態宣言」が発出されています。  
港北区生活支援センターでは宣言期間中も、これまでと変わらず運営を行っていますが（あみねっとプログラム、いろどりの会は引き続き中止です）、継続の感染対策を実施していますのでご利用の際にはご協力をお願いします。

- ・来館時にはマスクを着用し、館内では常時マスクを着用しましょう。
- ・ご自宅での検温を心掛け、少しでも体調に不安があるときは無理なお出かけは控えましょう。
- ・こまめな手洗いは大変有効です。いつもより時間をかけ丁寧な手洗いを心掛けましょう。
- ・ご利用者同士でお話をする場合、マスクはもちろんのこと、向かい合わせでは座らず、テーブル席にあるアクリル板越しに斜めに座ってお話しましょう。

港北区生活支援センター 所長

## 利用者ミーティングのお知らせ

2月10日(水)16時～避難訓練実施予定です。

避難訓練後に時間があれば、防災についてフリートークを開催します。お気軽にご参加ください。

## フラワーアレンジメント中止のお知らせ

3月にオリーブの会主催のフラワーアレンジメントを開催予定でしたが、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、中止とさせていただきます。

参加を予定されていた皆さまには申し訳ございませんが、ご理解をいただきますようお願いいたします。

次の開催の際はまたお知らせしますので、お楽しみにお待ちしております。

## 嘱託相談

### ●医師相談(精神科) 第1月曜・第2水曜

2月 1日(月) 13:00～、13:30～  
2月10日(水) 15:00～、15:30～  
3月 1日(月) 13:00～、13:30～  
3月10日(水) 15:00～、15:30～

### ●心理士相談 第2・第4金曜

2月12日(金) 10:30～、11:00～  
2月26日(金) 10:30～、11:00～  
3月12日(金) 10:30～、11:00～  
3月26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



## ウォーキングイベントのご報告

1/22(金)にウォーキングイベントを開催しました。

2名参加され、日産スタジアム、新横浜公園周辺を散歩しました。

冬晴れの青空の下、とても気持ち良いウォーキングでした！



## ◆登録更新についてのお知らせ

**重要!**

2017(平成29)年度に新規登録または、登録更新手続きをされた方は、今年度末が登録期限となっております。引き続き利用を希望される方は、お手数ですが、2021(令和3)年3月末までに港北区生活支援センターに来館いただき更新手続きをお願いします。郵送による通知はいたしません。

## ◆対象となる方◆

2017(平成29)年4月1日から2018(平成30)年3月31日までに登録または更新手続きをした方。  
(登録カードの裏面に「2021年3月末日」と記載された緑色のテープが貼付されている方)  
※テープが貼付されていない方、ご自身が対象かどうか分からない方はお問い合わせください。  
なお、更新手続きをせず利用終了された方が改めて利用を希望する場合は、再登録が必要です。

## 感染症対策に関わる対応について

緊急事態宣言も発令され、現在の状況で、支援センターに来館することへのご不安もあるかと思えます。今年度更新対象の方は、更新期限が過ぎても、電話相談などの支援は継続して利用可能としますので、不安な方は、状況が落ち着いてから来館ください。来館時に再登録のお手続きをいたします。

また、個人情報保護の観点から、郵送による更新手続きは致しませんので、ご了承ください。

ご不明な点等ございましたら、お気軽にお問合せ下さい。

令和3年

# 2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2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
	1 ★300円×ニュー★ 焼きそば 味噌汁 デザート	2 ちらし寿司 すまし汁 福豆	3 チキン南蛮 サラダ ご飯 味噌汁	4 豚キムチ 大根サラダ ご飯 味噌汁	5 鮭のフライ 青菜の白和え ご飯 味噌汁	6  夕食なし
7  休館日	8 豚のしょうが焼き サラダ ご飯 味噌汁	9 ハヤシライス サラダ デザート	10 すき焼き風煮 漬け物 ご飯 味噌汁	11 酢豚 胡麻和え ご飯 味噌汁	12 チキンピカタ 竹輪のサラダ ご飯 味噌汁	13  夕食なし
14  休館日	15 焼売 中華サラダ ご飯 味噌汁	16 鶏のゆず胡椒焼き ひじき煮 ご飯 味噌汁	17 肉野菜炒め さつま揚げの煮物 ご飯 味噌汁	18 あんかけ豆腐 漬物 ご飯 豚汁	19 コロケ サラダ ご飯 味噌汁	20  夕食なし
21  休館日	22 焼肉丼 サラダ にら玉汁	23 チンジャオロース サラダ ご飯 味噌汁	24 ミートソースパグティ ポテトサラダ スープ	25 肉じゃが 青菜のおひたし ご飯 味噌汁	26 チキンのトマト煮 サラダ ご飯 味噌汁	27  夕食なし
28  休館日	<p>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。</p>					

## 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、夕食サービスをお申込みの方は、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。

