

港北区生活支援センター便り

〈令和3年3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 【相談電話】045-475-0120 【予約・申込み専用電話】045-475-0127
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。

3月の休館日 7日、14日、21日、28日

夕食・イベント・プログラム・嘱託医等相談の
申込み専用電話を設置しました。

☎045-475-0127

- ・夕食注文
- ・各種プログラム申込み
- ・嘱託医等相談予約
- ・上記に関わる問い合わせ 等



こちらの電話番号は、予約・申込み専用ダイヤルです。
（緊急連絡もお受けします。）

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、お楽しみにお待ちください。

利用者アンケートのお願い

今年度も港北区生活支援センター利用者アンケートを実施します。受付にアンケート用紙がありますので、来館された際はぜひご協力ください。

期間：3/8～3/20

利用者ミーティングのお知らせ

次回は4月14日(水)16時～です。お気軽にご参加ください。

嘱託相談

- 医師相談(精神科) 第1月曜・第2水曜
3月 1日(月) 13:00～、13:30～
3月 10日(水) 15:00～、15:30～
4月 5日(月) 13:00～、13:30～
4月 14日(水) 15:00～、15:30～
- 心理士相談 第2・第4金曜
3月 12日(金) 10:30～、11:00～
3月 26日(金) 10:30～、11:00～
4月 9日(金) 10:30～、11:00～
4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

生活力向上講座のお知らせ(事前予約制)

～所長と一緒に防災体験ツアーに参加しませんか～

先日大きな地震がありました。今回はお出かけ企画として、所長と一緒に地震・火災体験ツアーに参加します。災害へ備えるためのきっかけにしませんか。

場 所：横浜市民防災センター（横浜駅西口から徒歩約15分）
地震・火災体験ツアー参加（約1時間）

日 付：3/16(火)

集 合：港北区生活支援センターフロア（14：15集合）
現地集合の場合（15：15集合）

※港北区生活支援センターに集合された場合は
スタッフが同行して現地へ向かいます。

対象者：港北区生活支援センター登録者

定 員：5名（先着順です）

予約者が2名以下の場合中止とします。

参加費：無料（交通費自己負担）

申込み：事前申込制 3/1(月)～3/8(月)

来館または電話にて受け付け(TEL：045-475-0127)



重要!

◆登録更新についてのお知らせ

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

3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。予約は、専用ダイヤル（045-475-0127）で受け付けています。支援センターのホームページ（<https://yccc.jp>）からも、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	2	3	4	5	6
	300円メニュー かうどん チーズ竹輪	餃子 もやしサラダ ご飯 味噌汁	ちらし寿司 すまし汁 ひなあられ	野菜炒め サラダ ご飯 味噌汁	クリームシチュー サラダ ご飯	夕食なし
7	8	9	10	11	12	13
休館日	ハンバーグ サラダ ご飯 味噌汁	チキンカツ ツナサラダ ご飯 味噌汁	鮭のムニエル サラダ ご飯 味噌汁	豚丼 漬物 味噌汁	春巻き 中華サラダ ご飯 味噌汁	夕食なし
14	15	16	17	18	19	20
休館日	チキンカレー 大根サラダ デザート	コロッケ 青菜のからし和え ご飯 味噌汁	豚の生姜焼き 厚揚げの煮物 ご飯 味噌汁	クリームスパゲティ サラダ スープ	一口カツ ひじき煮 ご飯 味噌汁	夕食なし
21	22	23	24	25	26	27
休館日	チンジャオロース 中華サラダ ご飯 味噌汁	鶏のから揚げ サラダ ご飯 味噌汁	袋煮 サラダ ご飯 味噌汁	鶏のピカタ きのこのマリネ ご飯 味噌汁	豚キムチ サラダ ご飯 味噌汁	夕食なし
28	29	30	31			
休館日	麻婆丼 浅漬け 味噌汁	鶏の照り焼き サラダ ご飯 味噌汁	肉じゃが 青菜の白和え ご飯 味噌汁			

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。

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。