

# 港北区生活支援センター便り

〈令和3年4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。

## 新年度ご挨拶

満開の桜のもと、新年度がスタートしました。  
昨年この4月号で「新型コロナウイルスの感染連鎖が止まらない状況が続いています」とお伝えし、あれから1年経ちましたが残念ながら同様の状況が続いています。  
2回目の緊急事態宣言が解除にはなりましたが、リバウンドの問題が危惧されています。ワクチン接種が始まり少しだけ明るい兆しが見えて来てはいますが、3回目の緊急事態宣言は是非とも避けたいところです。生活支援センターでも気を緩めず感染対策の徹底を継続してまいりますのでご協力をお願いします。

港北区生活支援センター 所長

## 4月の休館日 … 4日、11日、18日、25日

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。

## 4月の運営について

4月の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。  
来館の際は、検温、手指消毒、マスク着用をお願いします。

## 貸し出しについて

今までフロア内の本やCDの貸し出しをしてきましたが、管理の観点から、貸し出しを取りやめることになりました。  
フロア内の物は館内だけご利用ください。  
なお、現在、本やCD等の寄付は受け付けておりませんので、ご了承ください。

## 【報告】生活力向上講座は中止とさせていただきます

3月16日に企画しておりました「生活力向上講座～所長と一緒に防災体験ツアーに参加しませんか～」については、緊急事態宣言延長のためやむを得ず中止いたしました。  
お申込みいただいていたみなさまには、ご迷惑をおかけしました。  
次回の企画をお楽しみにしてください。

## 嘱託相談

- 医師相談(精神科) 第1月曜・第2水曜  
4月 5日(月) 13:00～、13:30～  
4月14日(水) 15:00～、15:30～  
5月12日(水) 15:00～、15:30～  
5月17日(月) 13:00～、13:30～  
※第一月曜は祝日のため第三月曜に振り替えます。
- 心理士相談 第2・第4金曜  
4月 9日(金) 10:30～、11:00～  
4月23日(金) 10:30～、11:00～  
5月14日(金) 10:30～、11:00～  
5月28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



## 異動のご挨拶



港北区生活支援センターで、沢山の方と出会い、皆様のひたむきに生活をされている姿に接して、色々な事を学び、多くの経験をさせていただきました。今後も皆様らしく、納得できる生活が続くことを祈っています。  
私は、4月からは就労支援センター「ぱーとなー」に異動を致します。ここで学んだことを次の部署でも生かしていきたいと思っています。あっという間の6年間でしたが、皆様、本当にありがとうございました！

田中 久美子



令和3年

# 4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
				1	2	3
<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。</p>				<p>300円メニュー 焼きそば サラダ 味噌汁</p>	<p>ツナの炊き込みご飯 さつま揚げの煮物 たたきキュウリ 味噌汁</p>	<p>夕食なし</p>
4	5	6	7	8	9	10
<p>休館日</p>	<p>豚の生姜焼き サラダ ご飯 味噌汁</p>	<p>牛肉とごぼうの甘辛煮 サラダ ご飯 味噌汁</p>	<p>三色丼 漬け物 味噌汁 ヨーグルト</p>	<p>ポークビーンズ サラダ ご飯 味噌汁</p>	<p>魚の味噌煮 青菜の胡麻和え ご飯 味噌汁</p>	<p>夕食なし</p>
11	12	13	14	15	16	17
<p>休館日</p>	<p>和風ハンバーグ サラダ ご飯 味噌汁</p>	<p>鶏の竜田揚げ シーザーサラダ ご飯 味噌汁</p>	<p>豚とこんにゃく煮 酢の物 ご飯 味噌汁</p>	<p>中華丼 サラダ スープ</p>	<p>鶏のクリーム煮 サラダ ご飯</p>	<p>夕食なし</p>
18	19	20	21	22	23	24
<p>休館日</p>	<p>豚肉とピーマンの 黒胡椒炒め 切り干し大根 ご飯 味噌汁</p>	<p>魚のホイル焼き サラダ ご飯 味噌汁</p>	<p>ホイコーロー 中華サラダ ご飯 春雨スープ</p>	<p>信田巻 酢の物 ご飯 味噌汁</p>	<p>和風スパゲティ たまごサラダ スープ</p>	<p>夕食なし</p>
25	26	27	28	29	30	
<p>休館日</p>	<p>親子丼 漬け物 味噌汁</p>	<p>肉じゃが 即席漬け ご飯 味噌汁</p>	<p>カレーライス サラダ フルーツ</p>	<p>チャプチェ ナムル ご飯 わかめスープ</p>	<p>ミックスフライ サラダ ご飯 味噌汁</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。

