

港北区生活支援センター便り

〈令和3年5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。

5月の休館日 … 2日、9日、16日、23日、30日

利用者ミーティングのお知らせ
今回は6月9日(水)16時～です。
お気軽にご参加ください。

5月の運営について

5月のあみねっとプログラム、い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。

嘱託相談

- 医師相談(精神科) 第1月曜・第2水曜
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。
6月7日(月) 13:00～、13:30～
6月9日(水) 15:00～、15:30～
- 心理士相談 第2・第4金曜
5月14日(金) 10:30～、11:00～
5月28日(金) 10:30～、11:00～
6月11日(金) 10:30～、11:00～
6月25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



新任職員の挨拶

4月に着任しました、齋藤綾子と申します。
これまではセンターの1階にある、就労支援センターで勤務していました。
生活にまつわる活動は初めてのため、これから少しずつ学んでいきたいと思っております。
港北区についてもまだまだ知らないことがたくさんあるので、みなさんからいろいろ教えていただけると嬉しいです。

これからどうぞよろしくお願いいたします。



ウォーキングイベントのお知らせ
～ 所長と歩こう 小机城址市民の森 ～

今回のウォーキングイベントは、JR新横浜駅のお隣駅であるJR小机駅から、城跡のある小机城市民の森へウォーキングします。

駅から徒歩15分位の距離ですが、城跡は公園になっており30分位散策します。地元の中世の歴史に触れる良い機会になると思います。所長が先導いたしますのでぜひご参加ください。

- ◇ 日 時 : 令和3年5月21日(金)13:30～14:30 雨天中止
- ◇ 集合場所 : JR横浜線小机駅 改札出口前(5分前までに集合)
- ◇ 申込み : 5月1日(土)から
来館、電話(475-0127)で受付。
- ◇ 定 員 : 5名(先着順)
- ◇ その他 : 公園内は中世の山城の城跡となっており、散策コースは起伏に富んだ山道になっています。
運動靴またはスニーカー、動きやすい服装、飲み物、汗拭きタオルを忘れずにお持ちください。

※緊急事態宣言が発令されるなど、感染症拡大状況によっては中止となる場合があります。

令和3年

5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 夕食なし
2 休館日	3 300円メニュー チャーハン スープ	4 チンジャオロース サラダ ご飯 味噌汁	5 ナポリタン サラダ スープ	6 酢豚 青菜のお浸し ご飯 味噌汁	7 すき焼き風煮 ご飯 味噌汁	8 夕食なし
9 休館日	10 豚の生姜焼き 酢の物 ご飯 味噌汁	11 鶏のピカタ サラダ ご飯 味噌汁	12 三色丼 サラダ 味噌汁	13 豚キムチ 豆腐サラダ ご飯 味噌汁	14 ハンバーグ サラダ ご飯 味噌汁	15 夕食なし
16 休館日	17 鶏の柚子胡椒焼き サラダ ご飯 味噌汁	18 一口カツ サラダ ご飯 味噌汁	19 肉じゃが 叩きキュウリ ご飯 味噌汁	20 魚のムニエル サラダ ご飯 味噌汁	21 豚と筍の炒め煮 冷奴 ご飯 味噌汁	22 夕食なし
23 休館日	24 餃子 中華サラダ ご飯 味噌汁	25 ハヤシライス サラダ デザート	26 鶏の竜田揚げ サラダ ご飯 味噌汁	27 豚丼 浅漬け 味噌汁	28 麻婆豆腐 サラダ ご飯 味噌汁	29 夕食なし
30 休館日	31 オムライス サラダ スープ	<p>夕食サービスのご利用について</p> <p>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。</p> <p>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。</p>				