

令和 3 年度

神奈川県生活支援センター便り 12月号

(神奈川県反町 1-8-4 はーと友神奈川 4 階)

開館時間：(月)～(金) 10 時～19 時まで (土) 10 時～16 時まで (日) 休館

電話相談：045-322-2907 (月)～(金) 10 時～12 時、14 時～19 時まで
(土) 10 時～17 時まで

予約申込専用：045-321-6685 (月)～(金) 10 時～19 時まで
(土) 10 時～17 時まで

ホームページ <https://yccc.jp/mental/life-support/kanagawa/>



スタッフより♡リレーメッセージ



今年も残り 1 ヶ月になりました。

11 月はまだ暖かい日もありましたが少しずつ冬らしい気候になってきましたね。

最近はコロナの感染者数も少ない状態が続いていて、今までよりも様々な規制が緩和されてきましたね。少し息抜きも入れつつ、冬はコロナ以外にも風邪やインフルエンザなど色々な感染症が増えやすい時期なので改めて手洗い、うがい、乾燥対策など出来る範囲で予防に気を付けていきましょう。(by.G)



イチョウ(黄葉) 10 日ごろまで!

マイ黄葉スポット、どんな様子でしょうか?
葉のなかには緑と黄色の色素があり、光合成が
終わると緑の色素が抜けて黄色の色素だけが
残るため黄葉するそうです。

ちなみにカエデなどの赤い色素は、突然表れ紅葉するそうですが
なぜ表れるのかは未だ謎とのこと。

平安の世からの謎とは…よもや、よもやだ!

♡ 11 月 19 日 国際男性デー ♡

“男は仕事に生きなくてはならない

“男は大黒柱でなくてはならない”

“男は出世を目指すべきだ”

こんな昔ながらの考え方に生きづらさを感じていませんか。世界では男性について考える活動があります。ご存じでしたか?

*国際女性デーは 3 月 8 日です。

2022 年 来年は寅年です! 寅年の人は“チャレンジ精神が旺盛で信念が強く、失敗にもめげない性格。

でもちょっと強情っぱり“と一般的に思われているそうです。いかがでしょうか?

寅年有名な人: 和田アキ子、松田聖子、志村けん、久石譲、綾小路きみまろ

松井秀樹、マリリンモンロー、石原さとみ、長友佑都、茂木健一郎、他

ゆく年

くる年



嘱託医等相談

ご本人・ご家族からの相談をお受けしています。

相談日の 7 日前までに来館、電話にてご予約ください。

予約時に相談内容をお聞かせ頂きます。

心理士	精神科医
12 月 10 日 (金) 15:30～、16:00～	12 月 17 日 (金) 14:30～ 川越医師
12 月 24 日 (金) 15:30～、16:00～	1 月 7 日 (金) 14:30～ 川越医師
1 月 14 日 (金) 15:30～、16:00～	1 月 21 日 (金) 14:30～ 川越医師
1 月 28 日 (金) 15:30～、16:00～	2 月 16 日 (水) 15:00～ 川越医師

*休館日: 原則 毎週日曜日 (12 月の休館日は、5、12、19、26)
年末年始 (12/29、30、31 & 1/1、2、3)

*日常清掃: 原則 毎週火曜日と金曜日の午前中です。ご協力をお願いします

神奈川区生活支援センター 12月夕食メニュー

日	月	火	水	木	金	土
	☐	☐	1 ☐	2 ☐	3 ☐	土曜日の夕食サービスの提供はお休みします
 申込専用電話 045-321-6685を			焼き魚 今日の副菜 ごはん みそ汁	トンカツ 今日の副菜 ごはん みそ汁	魚のホイル焼き 今日の副菜 ごはん みそ汁	
5	6 ☐	7 ☐	8 ☐	9 ☐	10 ☐	
休館日	スパゲティ ナポリタン 今日の副菜 スープ	酢豚 今日の副菜 ごはん	芋煮  混ぜごはん	煮魚 今日の副菜 ごはん 豚汁	豚肉と厚揚げの 炒め物 今日の副菜 ごはん みそ汁	
12	13 ☐	14 ☐	15 ☐ 500円	16 ☐	17 ☐	
休館日	鶏肉の唐揚げ 今日の副菜 ごはん みそ汁	ピーマンの 肉詰め 今日の副菜 ごはん みそ汁	海鮮丼  今日の副菜 すまし汁	餃子 今日の副菜 ごはん わかめスープ	カレーライス 今日の副菜 みそ汁 	
19	20 ☐	21 ☐	22 ☐	23 ☐	24 ☐	
休館日	野菜煮物 今日の副菜 ごはん みそ汁	魚ソテー 今日の副菜 ごはん みそ汁	オムライス (バターライ ス) スープ 	フライ 今日の副菜 ごはん みそ汁	クリスマス メニュー Merry Christmas  お楽しみに！	
26	27 ☐	28 ☐ 400円	29 ☐	30 ☐		
休館日	焼き魚 今日の副菜 ごはん けんちん汁	年越しそば (エビ・ かき揚げ) 今日の副菜	 良いお年を お迎え下さい 年末年始は お休みします よいお年を！			

- ・夕食提供時間は、月曜日～金曜日 18:00～19:00です。
- ・当日の14:00までに電話・来館・メールにてお申込みください。
- ・当日の14:00以降のキャンセルについては、キャンセル料として全額をご負担いただきます。
- ・料金は、1食400円、5のつく日は500円、月の最後の日は300円になります。
- ・日付横の☐は注文チェック (☒) にご利用ください。

副菜は日替わりです。
当日のお楽しみ・・・



3密を避けるため、
提供は15食までと
させていただきます。

