



港北区生活支援センター便り

〈令和4年1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。



1月の休館日：（年始）1日、2日、3日（毎週日曜日）9日、16日、23日、30日

来館の際は、検温、手指消毒、マスク着用をお願いします。

新年あけましておめでとうございます。

昨年は「コロナ禍のままのお正月」と評しましたが、今年の表現は「With コロナのお正月」とでも言うのでしょうか。さて、昨年の干支は歩みの遅いたとえに使われる「牛」でしたが、今年は一転して、千里を駆けると言われる「虎」です。虎と言えば、古来中国では毛皮が金色をしていることから、金運を高める象徴として考えられ、また、暦の寅の日は吉日の中でも最も金運を招く「金運招来日」とされ縁起の良い日と言われているくらいです。12日に一度来る金運アップの日ですから、この日に宝くじなどを購入すると良いかも知れません。今年の初詣には「金運」と「疫病退散」の願掛けをしたいと思っています。みなさん今年もよろしくお祈りします。

港北区生活支援センター 所長

1月の運営について

1月のあみねっとプログラム、いろいろの会は中止いたします。

利用者ミーティングのお知らせ

今回は2月9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
 - 1月12日(水) 15:00～、15:30～
 - 1月17日(月) 13:00～、13:30～
(第1月曜祝日のため第3月曜に振り替え)
 - 2月7日(月) 13:00～、13:30～
 - 2月9日(水) 15:00～、15:30～
 - 心理士相談 第2・第4金曜
 - 1月14日(金) 10:30～、11:00～
 - 1月28日(金) 10:30～、11:00～
 - 2月25日(金) 10:30～、11:00～
(第2金曜は祝日のためお休みです)
- ※セカンドオピニオンではありません。
※カウンセリングではありません。



- ★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



◆登録更新についてのお知らせ◆

2018(平成30)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、2022(令和4)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◆

2018(平成30)年4月1日から2019(平成31)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「2022年3月末日」と記載された赤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。

◇上戸職員退職のお知らせ◇

都合により、12月で退職いたしました。
皆様には大変お世話になりました。
ありがとうございました。

令和4年

1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
<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します。また、来館時には、感染症対策にご協力お願いいたします。</p> <p>※食事は1日10食まで、先着順とさせていただきます。</p>						1 休館日
2 休館日	3 休館日	4 500円メニュー お雑煮 おせちプレート フルーツ	5 300円メニュー オムライス スープ	6 鶏の照り焼き ひじき煮 ご飯 味噌汁	7 豚バラと白菜の煮込み サラダ ご飯 味噌汁	8 夕食なし
9 休館日	10 豚丼 浅漬け 味噌汁	11 カレーライス サラダ ヨーグルト	12 チキン南蛮 和え物 ご飯 味噌汁	13 ホイコーロー 中華サラダ ご飯 味噌汁	14 天ぷら 酢の物 ご飯 味噌汁	15 夕食なし
16 休館日	17 鶏のみぞれ煮 和え物 ご飯 味噌汁	18 ミートソーススパゲティ サラダ スープ	19 ハンバーグ ポテトサラダ ご飯 味噌汁	20 三色丼 温サラダ 味噌汁	21 焼売 サラダ ご飯 味噌汁	22 夕食なし
23 休館日	24 豚の生姜焼き サラダ ご飯 味噌汁	25 魚のホイル焼き 五目豆 ご飯 味噌汁	26 シチュー サラダ ご飯	27 鶏のから揚げ サラダ ご飯 味噌汁	28 豚バラ味噌焼き 和え物 ご飯 味噌汁	29 夕食なし
30 休館日	31 菜飯 豚汁 漬物 デザート	<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。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>				