

磯子区生活支援センターだより

発行：横浜市磯子区生活支援センター 〒235-0023 横浜市磯子区森 4-1-17 3階

<相談専用> 045-750-5300 <夕食注文・プログラム等お問合せ> 045-751-8292

<FAX> 045-750-5301 <ホームページ URL> <https://yccc.jp/mental/life-support/isogo/>

センター 利用可能時間

	月～金	土	日
フリースペース	10時～19時	10時～16時	休館日
電話相談	10時～13時、14時～18時	10時～17時	
夕食	18時～19時 ※申し込みは前日から当日15時まで	提供なし	
入浴	10時～19時 ※月・木11時半～19時 (18時受付終了)	10時～16時 (15時受付終了)	
洗濯	10時～19時 (18時受付終了)		
インターネット	10時～19時 (18時受付終了)		

ご参加お待ちしております!!

利用者ミーティング

日時： 11月15日(火) 16:15～16:45

皆様の近況や支援センターへの希望など、ぜひお聞かせください。
プログラムや夕食メニューに関してなど何でもOKです。
どうぞご参加ください!!

統合失調症の家族教室

引き続きお申し込みをお待ちしています

共催 磯子区精神保健福祉家族会なぎさ会・磯子区生活支援センター

～統合失調症の方のご家族を対象とした勉強会です～ テーマ：親が元気な今だからこそできること

◆ 11月 7日(月) 親だって元気でいたい。心のうちを話して元気になりましょう
司会：磯子区生活支援センター職員

【時間】 13:30～15:30

【場所】 屏風ヶ浦地域ケアプラザ 1階 多目的ホール 定員 20名

問い合わせ・申込先：磯子区生活支援センター 045-750-5300 ※事前申し込み制なので、ご連絡ください

※参加される方はスリッパをご持参ください



11月予定表



1	火	磯子区生活支援センター 開館記念日	17	木	定期清掃 もくもく会
2	水		18	金	
3	木	もくもく会	19	土	閉館 16:00
4	金	定期清掃	20	日	休館日
5	土	閉館 16:00	21	月	定期清掃 (磯子 eco 倶楽部 11/7 順延の場合)
6	日	休館日	22	火	
7	月	定期清掃 磯子 eco 倶楽部 ※嘱託医相談	23	水	書道教室
8	火	全館清掃日	24	木	定期清掃
9	水		25	金	みんなで ISOGO 体操 ※嘱託医相談
10	木	定期清掃	26	土	閉館 16:00
11	金	みんなで ISOGO 体操 ※嘱託医相談	27	日	休館日
12	土	閉館 16:00	28	月	定期清掃
13	日	休館日	29	火	
14	月	定期清掃 ※嘱託医相談	30	水	
15	火	利用者ミーティング			
16	水				

※定期清掃日は入浴サービス開始時間が11:30からとなっています

嘱託医相談

ご本人・ご家族の相談をお受けしています。当センターへお申し込み・お問い合わせ下さい。1回30分の「予約制」となっております。※ご予約は7日前までにお申し込みください。

11月 7日 (月)	14:30~16:30	精神科医 (横浜市総合保健医療センター)
11月 14日 (月)	14:30~16:30	精神科医 (横浜市総合保健医療センター)
11月 11日 (金)	13:30~14:30	心理士 (横浜市総合保健医療センター)
11月 25日 (金)	13:30~14:30	心理士 (横浜市総合保健医療センター)

★開館記念日特別メニューのお知らせ★

磯子区生活支援センターは11月1日に開館16周年になります。16周年を記念し、11月1日(火)はささやかながら普段よりも豪華なメニューをご用意致します。夕食サービスは定員が15名となっていますので、早めの予約をお勧めいたします。予約は10月31日(月)からとなります。



文化祭中止のお知らせ

11月に開催を予定していた文化祭は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、残念ながら昨年に引き続き中止とさせていただきます。



11月プログラムのお知らせ

☆書道教室☆

新年に向けて、小筆や筆ペンで年賀状の練習をしてみませんか？

他にも、いろいろなお手本を用意していますので、好きなものをお選びください。

日時：11月23日(水)
14:00~15:30

場所：フロア 奥



☆みんなde ISOGO 体操☆

磯子区のオリジナル体操です。スタッフのお手本を見ながら、音楽に合わせて身体を動かしましょう♪体操中の出入りは自由です。

日時：11月11日(金)、25日(金)
15:00~15:30

場所：フロア 奥



☆もくもく会☆

同じ時間と空間でそれぞれの参加者が好きなことに黙々と取り組めば、それだけで居場所となる会です。

日時：11月 3日(木)、17日(木)
15:00~16:00

場所：フロア 奥



※支援センターでも道具を用意していますが、ご自身で黙々と作業出来る物をご持参頂く事をお勧めしています。

☆磯子 eco 倶楽部☆

みんなでワイワイ美化活動しましょう！！

日時：11月 7日(月)
15:00~16:00

順延時の振替日

11月21日(月) 時間は同じ

集合場所：磯子区生活支援センター
活動場所：磯子区生活支援センター周辺

※当日の天候により、実施するかわからない時は751-8292までお問い合わせ下さい。

※終わり次第解散



※磯子 eco 倶楽部以外のプログラムの際、フロア奥を使用いたします。
まん延防止等重点措置などの感染拡大防止の措置が適用される場合は、プログラムの開催を延期、または中止とさせていただきますことをご了承ください。

登録更新手続きについて

原則3年毎の登録の更新手続きが必要です。

★今回の対象者は、**2019年度**に登録された方となります。

登録カードの更新期限が**2023年3月末**になっている方は**更新が必要です**。
(※登録更新のお手紙の発送はいたしません)

生活支援センターを利用される皆さまへ

- ・発熱、せきなどの症状がある場合は利用をお控え願います。
- ・来館時、**検温と手指のアルコール消毒**をお願いします。
- ・食事中以外は、**マスクの着用**をお願いします。
会話をしたい場合は、食事が終わりマスクを着用してからにしましょう。
- ・**ソーシャルディスタンス**の確保をお願いします。



新型コロナウイルス感染拡大予防のため、引き続き上記のご協力をお願いします。

11月夕食サービス献立表

【夕食サービスの利用の仕方】

- * 夕食サービスの利用は、磯子区生活支援センターの登録が必要です。
- * 料金は400円です。
- * 新型コロナウイルス感染症対策のため、食事の前には必ず手洗いをお願いします。
- * 夕食を注文したい日の前日から当日午後3時までに、夕食注文専用電話（751-8292）へ電話、または来館してスタッフへお申し込みください。（月曜日分は、土曜日に注文できます）
- * 食事時間は午後6時～7時です。

【キャンセルについて】

夕食サービスを予約してお金を支払った後でも、キャンセルすることができます。
当日午後3時以降のキャンセルは、料金全額のキャンセル料がかかります。
現在提供数が限られていますので、早めにスタッフへお知らせください。

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	土曜日の夕食サービスは提供しておりません。 ご了承ください。
		海鮮丼 副菜	塩焼きそば	ちらし寿司	ピーマンの肉詰め ご飯	
6	7	8	9	10	11	
休館日	豚キムチ ご飯	鶏の唐揚げ ご飯	野菜たっぷり そばろご飯	魚料理 ご飯	鶏のみぞれ煮 ご飯	
13	14	15	16	17	18	
休館日	カレーライス	餃子 ご飯	豚と野菜の スタミナ炒め ご飯	鶏大根 ご飯	チャプチェ ご飯	
20	21	22	23	24	25	
休館日	肉じゃが ご飯	季節の 炊き込みご飯	和風ハンバーグ ご飯	スタミナ丼	かに玉風 あんかけ ご飯	
27	28	29	30			
休館日	油淋鶏 ご飯	焼き鳥丼	今日の魚料理 ご飯			

毎回
美味しい副菜と
汁物がつきます！

※都合により献立を変更させていただく場合があります。予めご了承ください。