



# 神奈川県生活支援センター便り 3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/>



## きらめきディスプレイ 2023 作品募集

今年も4月より皆様の作品を館内に展示いたしたく、イラスト、写真、手芸品、小説、コラム、詩、俳句、短歌、塗り絵、レシピ等、ジャンルを問わず皆様の作品を募集いたします。きらめきディスプレイの目的は皆様の“好き”“楽しい”の活動を応援し広めていくことです。何より、センター内に色どりを与え、来館される方、そしてスタッフの心を癒してくれます。心よりお待ちしております。よろしくお願いいたします。

★ 展示期間：4月～6月

お問合せ：☎ 045-321-6685



◆3月プログラム紹介 ◆ ★日にち、お時間、お間違えのないようご注意ください。

### 手芸《編み物》最終回

3月9日(木) 15時～

いよいよシリーズ最後です！  
創作した作品を持ち寄り  
少し時間を取って、メンバー内で  
プチ発表会したいと思います。

\*途中でも全く構いません！

♥なお、編み物を続けたいという声が出て、サークル化の話があります。  
ご意見頂ければと思います。

予約・問い合わせ

☎ 045-321-6685

### 俳句おしゃべり説明会

3月15日(水) 14時30分～

実際に情景を俳句にしていきます。  
俳句の面白さ、難しさを感じながら  
楽しくおしゃべりしましょう！

### 歌声喫茶 “みんなうた”

3月24日(金) 15時30分～

「花」「贈る言葉」2曲みんなで  
歌います。あとはカラオケタイム！  
春の歌を歌いましょう！マイク用意  
いたします。

### オセロレボリューション

3月14日(火) 15時～

オセロ楽しかった！またやりたい！

リクエストを受けて第2弾！

風神チーム雷神チームの団体戦。

リベンジなるか…?! (by A・S)



### 利用者ミーティング

3月22日(水) 16時～

館内で気持ちよく過ごすために、人との  
距離感のとりかたやマナーについて  
話し合います。ご意見お願いいたします。

## 囑託医等相談

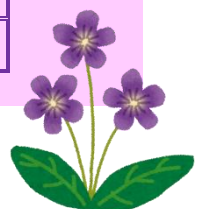
ご本人・ご家族からの相談をお受けしています。

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
3月10日(金) 15:30～、16:00～	3月17日(金) 14:30～ 鈴木医師
3月24日(金) 15:30～、16:00～	3月20日(月) 14:30～ 川越医師

\*休館日：原則 毎週日曜日(3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



『憶えていて下さい 忘れないで下さい』

宮水 陽



〈眠り〉アンジェラへ

昨日、やさしく眠ったかも知れない…、

今日、やさしく眠ったかも知れない

空虚な眠りのがらんどうがこわいから

あたし、眠りたくないのと

あなたは言ったけれど

今日はふと疲れてしまって

眠ってみようと思うの、と

眠りは蒼ざめた夢かも知れない、

アンジェラ、君はやさしい！

「憶えていて下さい…、

忘れないで下さい…」

ぼくが死ぬときは

ちいさな笹船に乗せて送って下さい。

ちょうどパール色の光がすこう当たるように

友だち

恋人、

憶えていて下さい…、

忘れないで下さい…、

ちいさな生命(いのち)の火が愛のかがり火を

やっとないたことを！

涙ぐむことができるようになったことを！

つむじ風みたいにあなた方を訪問した、

ちいさいたづらな黒い瞳の

いくつもの、いくつもの疑問を！

底知れない程の孤独をいつも膝に

埋めてはその間げきを

はしゃぐことによって美しく飾っていたことを！

自由がとても好きだったことを！

愛されるのがとてもはじめてのような気が

いつもしていたことを…、

憶えていて下さい、

忘れないで下さい…、



それとも透きとおった君たちの魂(こころ)深く

突き刺す氷柱(つらら)かも知れない

それとも凍え死にそうな虹のシャベット？

きっと君の 25 時には追憶という紫の

つぼみがまっ青な空にパラパラと降ってくる、よ

\*3 月はお別れの季節でもあります、

別れがあって知る愛があります。そうやって別れは”生きる”をつないでいくのでしょうか。ペンネーム宮水 陽さんの世界観に引き込まれます。

### 《今月の俳句》 俳句仲間 道灯り

今回は 1 月の対面句会からご紹介させていただきます。

季語は「雪」です。



#### ◆ 初雪や 天からひらがな書いて落つ ◆ 綾とり

・雪が落ちてくる様をひらがなに見立てた発想がすばらしい ○樹

・初雪がやわらかに落ちてくる様子が伝わってきました 清流

#### ◆ 保育園 こどもの数の 雪だるま ◆ 銀河

・子供の数だけそれぞれの個性ある雪だるまの並んでいる景色が

見えてきます。いつにあっても子供たちの無邪気さと個性を保証する

「平和」を願わずにはいられません 鬼行



俳句おしゃべり説明会(2/15)を終えて…

「17 音で気持ちを伝えるって難しい！でもそこが面白い！」

### お互い、気持ちよく過ごすために！

利用者ミーティングにて、“おしゃべりしたい””静かに

過ごしたい”などのそれぞれの距離感ほどのように

示していけばよいか…というご意見頂き、話し合いました。

その結果、①交流スペースを改めて分けて設けることにし、

②一人にしておいてねサインも作成してみました。

🍎 りんご(赤)と 🍊 みかん(オレンジ)は一人に

なりたいサイン。そっと見守って頂けると助かります。

体調がすぐれない時、人と距離を置いて一人で過ごしたい時

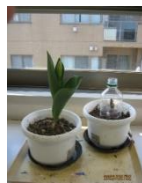
自分の作業に集中したい時など、傍らに置いてみてください。



①交流スペース



②一人にしておいてねサイン



ただいま、スタッフが花を育てています。

パンジー、チューリップ、ヒヤシンス、クロッカス等

部屋にお花があるだけで、気持ちが和みます

# 神奈川県生活支援センター 3月夕食メニュー

日	月	火	水	木	金	土
	2□	3□	1□	2□	3□	土曜日の夕食サービスの提供はお休みします
休館日			餃子 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	雛祭りちらし寿司 今日の副菜 すまし汁	
5	6□	7□	8□	9□	10□	
休館日	魚の煮付け 今日の副菜 ごはん みそ汁	酢豚 今日の副菜 ごはん みそ汁	肉じゃが 今日の副菜 ごはん みそ汁	ミネストローネ 今日の副菜 ごはん	ミックスフライ 今日の副菜 ごはん みそ汁	
12	13□	14□	15□★500円	16□	17□	
休館日	筑前煮 今日の副菜 ごはん みそ汁	中華うま煮 今日の副菜 ごはん みそ汁	牛しぐれ煮丼 みそ汁	餃子 今日の副菜 ごはん みそ汁	カレーライス 今日の副菜 みそ汁	
19	20□	21□	22□	23□	24□	
休館日	豚肉と茄子の炒め物 今日の副菜 ごはん みそ汁	もち黒米入り赤飯 今日の副菜 みそ汁	肉ニラ玉子 今日の副菜 ごはん みそ汁	焼き魚 今日の副菜 ごはん みそ汁	メンチカツ 今日の副菜 ごはん みそ汁	
26	27□	28□	29□	30□	31□★300円	
休館日	豚汁&炊き込みごはん	麻婆豆腐（茄子入り） 今日の副菜 ごはん みそ汁	ロールキャベツ 今日の副菜 ごはん	焼き魚（味噌味） 今日の副菜 ごはん みそ汁	玉子丼 みそ汁	

- ・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。