



令和5年

神奈川県生活支援センター便り7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

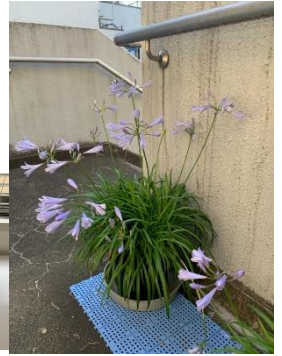
(土) 10時～17時まで

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/>

アガパンサス 2023



◆7月プログラム紹介◆

～ ピア活動のキックオフミーティング ～

ピア活動(当事者活動)をやってみたい！ 興味・関心はあるけど、何から始めたら良いかわからない等・・・状況は様々だと思います。

神奈川県区内でピア活動をやってみたい！ ピア活動について知りたい！という人が集まり、どんなことをするか？から話し合いたいと思います。ミーティングに参加して話を聞いているだけでもOKです。

皆さんの参加をお待ちしています。

7月11日(火)16:00～17:00

利用者ミーティング

7月26日(水) 16:00～ 昨年度の運営報告や、各事業の説明を行います。

また、生活支援センターに関する利用者の意見を伺います。



手芸サークル シリーズ2回目

かわいいアクリルたわしを作ろう！

7月6日(木) 15:00～

・定員6名 ★予約要

毛糸と編み針は

支援センターで用意します。



精神保健ボランティア“そら”

俳句おしゃべり説明会

はあと灯り ミニ句会 *見学歓迎

7月21日(金) 14:00～

【兼題】

・梅雨 ・五月雨(さみだれ)

・夕立 ・虹

早いもので6回目になります

句会らしくなってきました！

みんなうた♪みんなカラオケ

7月28日(金) 15:30～

みんなうた2曲！

『なだそうそう』

『少年時代』

♪ みんなカラオケはお一人1曲～2曲

暑さを吹き飛ばそう！

★七夕飾りやります！

久しぶりに短冊に願い事を

書きましょう！



オセロレボリューション

7月18日(火) 15:00～

負けた悔しさが人を育てる！？

ブロックゲームも！

★プログラム予約・お問い合わせ ☎ 045-321-6685

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
7月13日(木) 14:00～14:30	7月3日(月) 14:00～ 川越医師
7月27日(木) 14:00～14:30	7月10日(月) 14:00～ 山口医師
8月10日(木) 14:00～14:30	8月7日(月) 14:00～ 川越医師
8月24日(木) 14:00～14:30	8月14日(月) 14:00～ 山口医師



*休館日：毎週日曜日(7月の休館日は、2、9、16、23、30)

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

きらめきディスプレイ2023 展示終了

今年は16名の方が出品してくださり、多くの素敵な作品に出会えました。本当にありがとうございました。

絵画等28点、塗り絵14点、手芸品13点、写真4点、小説3点、詩7点、プラモデル1点の合計70点。今はSNSで自由に発信できる世の中ではありますが、本物の作品を空間のなかで鑑賞でき、作品と共に過ごせるって素敵なことです。贅沢な時間でした。

バーカウンターで冷たい麦茶をどうぞ！



バーテンダー募集

7月3日より、冷たい麦茶の無料サービスを始めます。バーカウンターを使って麦茶を提供する人と麦茶を飲む人が

お話できる楽しいカフェ OPEN です。

月～金 14:30～17:00

バーテンダーのシフトは30分毎の交替制

バーテンダーを希望する方は、スタッフまで



おりがみ

ひまわりを作ろう！フロアを飾ろう！

自主ワークに折り紙を追加します。交流スペースの机の上に折り紙と折り方説明書を置いておきますので空いている時間に作って頂けると嬉しいです。



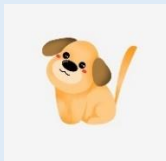
《今月の俳句》 俳句仲間 道灯り

コロナの5類移行により道灯りも6月から対面句会を再開いたしました。やはり対面句会はいいですね。

俳句を味わって意見を交わしたり、各々の語りに思いを馳せたり、リアルな反応が句会の空気感を作っていくので面白いと思います。

今回の鑑賞は6月の対面句会から紹介します。

季語は「梅雨」「燕の子」です。

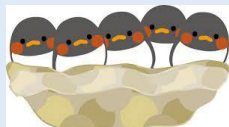


軒下を 選ぶ子犬の 梅雨散歩 かりん

雨の日の散歩が苦手な犬を飼っていたことがあり、共感します。天明外に出たがる子犬を連れて、飼い主は濡れない軒下を探し導くようにゆっくりと一緒に歩いている。そんな優しい風景にも見えました。銀河

無人駅 学童たちと燕の子 花菜

電車を待つあいだ聞こえるのは小学生の話し声、笑い声、そして駅の軒下に巣を作っている燕の鳴き声だけののどかな場所。幹夫学童たちと燕の子。どちらもすすく育ってほしいという作者の優しい願いを感じます。清流



【コラムかながわ】

盛夏マラソン練習

山田 潤

国道1号線上に日本橋までの道標が連なる慶応には7km、立町には29km。

この慶応や渋谷あたりから自宅まで走る。当日の天気や体調、日没時刻により微調整。

私は昔、体育が苦手だったが、

こんな練習を毎週、何年も続けてきた。

PCや天井照明の仕事で凝る肩を和らげる。

コロナ禍で多くの大会が中止となったが

10月29日、今度こそこの成果を発揮する。

大会エントリーでモチベーションが高まる。

長年の練習中、時々知人と顔を合わせる。

体調を整えるには、盛夏下練習が不可欠。

練習中携帯するカード入れには、

QUOカードと千円札。生活の知恵。

暑い日にはコンビニに駆け込み水分補給。

盛夏に本番の5～6割の練習をこなせば

24年前の自己ベストタイム更新は困難でも

無理なくゴールには辿り着くだろう。

Practice Practice Practice

*山田さん 暑さに負けず頑張ってください！



調理員の和田さん

たくさんの美味しい！をありがとうございます。

調理員の和田さんですが、6月末にてご退職されることになりました。毎週、火曜日と木曜日、“美味しいものを食べさせてあげたい”と腕をふるってくださいました。



神奈川県生活支援センター 7月夕食メニュー

日	月	火	水	木	金	土
2	3 □	4 □	5 □ 500円	6 □	7 □	土曜日の夕食サービスの提供はお休みします
休館日	麻婆春雨 今日の副菜 ごはん みそ汁	天津井 今日の副菜 みそ汁	角煮 ごはん お吸い物	親子丼 今日の副菜 みそ汁	冷やしつけうどん 今日の副菜 麺	
9	10 □	11 □	12 □	13 □	14 □	
休館日	ドライカレー 今日の副菜 みそ汁	チキンカツカツ ごはん みそ汁	八宝菜 今日の副菜 ごはん みそ汁	焼き豚 今日の副菜 ごはん みそ汁	魚の煮付け 今日の副菜 ごはん みそ汁	
16	17 □	18 □	19 □	20 □	21 □	
休館日	野菜の煮物 今日の副菜 ごはん みそ汁	麻婆豆腐 今日の副菜 ごはん みそ汁	シュウマイ 今日の副菜 ごはん みそ汁	豆腐ハンバーグ 今日の副菜 ごはん みそ汁	お楽しみフライ 今日の副菜 ごはん みそ汁	
23	24 □	25 □ 500円	26 □	27 □	28 □	
休館日	焼き魚 今日の副菜 ごはん みそ汁	うな玉丼 みそ汁	肉じゃが 今日の副菜 ごはん みそ汁	五目寿司 今日の副菜 みそ汁	野菜炒め 今日の副菜 ごはん みそ汁	
30	31 □ 300円					
休館日	肉丼 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。



申込専用電話
045-321-6685を
ご利用ください