

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 ◆平日：10時～19時 ◆土曜日：10時～16時 ◆日曜日：休館日
電話相談時間 ◆平日：10時～13時及び14時～18時 ◆土曜日：10時～17時
夕食以外の有料サービスの受付時間 ◆平日：10時～18時 ◆土曜日：10時～15時

本年は4年ぶりに、屏風ヶ浦地域ケアプラザと合同で文化祭を開催いたします。
当日磯子区生活支援センターでは、作品展示や食事スペースの提供などを行います。
詳細は館内の掲示でもお知らせします。 どうぞご来館ください。

文化祭のお知らせ!

日時：11月12日（日） 10:30～14:30

◆展示作品を募集しています

文化祭で作品を展示しませんか？絵画や書道、写真、手作り小物など、ご自身の作品であればOKです。締め切りは10月31日(火)となります。展示希望の方は事前にご連絡をお願い致します。

なお、今回は前日・当日のお手伝いの方の募集は行いません。

何かご質問等があればお気軽にお尋ねください。

支援センターより皆様へ

文化祭開催日の11月12日（日）は休館日にあたりますので、電話・面接相談、夕食サービスをはじめ、入浴・洗濯・インターネットサービスなど各種有料サービスは提供しておりません。皆様のご理解とご協力をお願いいたします。

なお、11月13日(月)以降は通常どおりの開館となります。

3F スペースでの催し

★ 軽食・各種販売コーナー ➡ (右記参照)

★ キッズコーナー

◎おやつ釣りゲーム&輪投げ

◎ミニバス写真コーナー etc



★ 利用者作品展

書道・絵画・自作の書籍・手作り小物
など

軽食・各種販売

◎あったか豚汁 ◎焙煎コーヒー

◎おにぎり ◎ジュース

◎革細工

◎オリジナルバッグ

など



11月予定表

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

※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」となっています。※ご予約は7日前までにお申し込みください。
なお、それぞれの相談枠は、1枠となっています。

11月 6日(月) 15:30~16:00 精神科医 (横浜市総合保健医療センター)
11月 9日(木) 16:00~16:30 心理士 (横浜市総合保健医療センター)
11月 17日(金) 15:00~15:30 精神科医 (横浜市総合保健医療センター)



開館記念日(11月1日) 特別メニューのお知らせ

磯子区生活支援センター開館17周年を記念し、
11月1日(水)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(火)からとなります。

登録更新手続きの実施について

生活支援センターを利用して頂くにあたり、
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、**2020年度**に登録された方です。

登録カードが**2024年3月末**になっている方は
更新が必要です。各自ご確認ください。

(※登録更新のお手紙は発送しません)

統合失調症の家族教室 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

◆第3回 11月6日(月) 内容：身近な医療の相談窓口

司会：やすらぎ訪問看護ステーション 看護師

【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



11月プログラムのお知らせ

☆Café de 屏風ヶ浦☆

カフェを開店します。
コーヒーを飲みながら、のんびりとおしゃべりを
楽しみましょう♪

メニュー：ドリップコーヒー 50円(税込)
アイスコーヒー 100円(税込)
(※飲み放題ではありません。)

日時：11月1日(水)、15日(水)
15:00~16:00

場所：フロア 中央



ご参加をお待ちしています。

☆利用者ミーティング☆

磯子区生活支援センターをよりよくしていくための話し合い、意見交換の場として、毎月開催しています。
皆様のセンターに対するご意向をぜひお聞かせください。



日時：11月21日(火)
16:00~30分程度

場所：フロア 奥

☆みんなで 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10日(金)、24日(金)
15:00~15:30

場所：フロア 奥



☆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20日(月)
15:00~16:00

順延時の振替日

11月27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。

※活動時間は短くなる場合があります。
気軽にご参加ください。

☆書道教室☆

大筆で漢字やひらがな、小筆で俳句や宛名書きの練習など、ご希望の書道を。
ぜひ一度、ご参加ください。

日時：11月8日(水)
14:00~15:30

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2日(木)、30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。

ピアスタッフ美幸のコラム♪

地域社会と自分について【後編】

役員になって意気消沈していた頃、心配している役員の存在を知り、その人には相談しやすくなった。日頃から地域との交流が大切だと知った。

役員をして得たものは多い。今まで知らなかった地域の魅力に触れ、知り合いも増えた。顔見知りになり、防犯や防災と緊急時や災害時も協力しやすく、自分や周囲の安心に繋がる。それと、行事の手伝いと参加の両方を味わえるので、楽しくやりがいがある。しかし、得るものが多い役員でも自治会の会員の減少と高齢化が課題と実感。役員をして気づいたことは、スキルやコミュニケーション力を必要とすることがあり、ひるむことがある。誰もが背負い込むことのない役員の仕組みを作り、負担を軽減することで参加率の増加に繋がると思った。

防災訓練実施のお知らせ

11月8日(水) 15:30から

防災訓練を行います。

火事や災害時のために、消火器の場所や避難経路の確認等を行いますので、来館された方は

ご参加をお願い

いたします。



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 とんかつ ご飯 	2 れんこん入り 鶏つくね ご飯	3 豚の 生姜焼き ご飯	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。
5	6 ピーマンの 肉詰め ご飯	7 野菜たっぷり そばろご飯	8 豚キムチ ご飯	9 鶏の唐揚げ ご飯	10 カレー	
12 	13 鶏の みぞれ煮 ご飯	14 餃子 ご飯	15 かに玉風 あんかけ ご飯	16 鶏大根 ご飯	17 豚と野菜の スタミナ炒め ご飯	
19 休館日	20 チャプチェ ご飯	21 肉じゃが ご飯	22 鶏五目ご飯 	23 和風 ハンバーグ ご飯	24 三色丼	
26 休館日	27 ほうとう風 うどん	28 油淋鶏 ご飯	29 今日の 魚料理 ご飯	30 焼き鳥丼 		

毎回
美味しい副菜と
汁物がつきます！

