

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
◆祝日も、通常通り開館しています。



あけましておめでとうございます。
本年もよろしくお願ひ致します。



磯子区生活支援センター 職員一同



年末年始の休館日について

いつも磯子区生活支援センターをご利用いただき、ありがとうございます。

12月29日(金)～1月3日(水)は、休館日となります。

令和6年(2024年)は、1月4日(木)10:00から通常通り開館します。

皆様のご来館をお待ちしております。

令和5年度 利用者アンケート 実施のお知らせ

今年度は1/8(月)～1/29(月)の期間で利用者アンケートを実施します。

皆さまから頂いた貴重なご意見をもとにサービスの向上に努めていきますので、
ご協力をよろしくお願いいたします。

1月予定表

1	月	休館日	17	水	Café de 屏風ヶ浦
2	火	休館日	18	木	定期清掃
3	水	休館日	19	金	
4	木	※嘱託医相談	20	土	閉館 16:00
5	金	定期清掃 ※嘱託医相談	21	日	休館日
6	土	閉館 16:00	22	月	定期清掃
7	日	休館日	23	火	
8	月	定期清掃	24	水	
9	火	全館清掃日	25	木	定期清掃 もくもく会 ※嘱託医相談
10	水	書道教室	26	金	みんなで ISOGO 体操
11	木	定期清掃 もくもく会 ※嘱託医相談	27	土	閉館 16:00
12	金	みんなで ISOGO 体操	28	日	休館日
13	土	閉館 16:00	29	月	定期清掃
14	日	休館日	30	火	
15	月	定期清掃	31	水	
16	火	利用者ミーティング			

※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。

1月 4日 (木)	15:30~16:00	精神科医 (横浜市総合保健医療センター)
1月 5日 (金)	15:00~15:30	精神科医 (横浜市総合保健医療センター)
1月11日 (木)	16:00~16:30	心理士 (横浜市総合保健医療センター)
1月25日 (木)	16:00~16:30	心理士 (横浜市総合保健医療センター)

ピアスタッフ美幸のコラム♪

社会と自分について【番外編】

地域の自治会の役員をしていた時に人の動きに目があった。気配り上手な方、情熱的に意見を述べる方、いつも穏やかな方、時には意見の食い違いで白熱することもある。同じ地域に住んでいても、いろいろな人がいた。

ふと振り返ってみると、学生時代に地域や社会と繋がりが無くなってから、主に医療や福祉に関わる中で少しずつリカバリーしてきた。そこでもいろいろな人に出会ってきた。関わる人や環境、場の役割などが違うだけで(自分の場合は、学校やデイケア、作業所、アルバイト先、地域の自治会、職場など)人の考え方や捉え方が違う。身近にもいろいろな社会があるのだと改めて気づいた。

1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：1月17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☆

◆本年より、2ヶ月に1回、
奇数月に開催します。

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、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：1月16日(火)
16:00~30分程度

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：1月12日(金)、26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：1月11日(木)、25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。



☆書道教室☆

新年にふさわしく、1月は書初めを行います。
心も新たに、好きな言葉をいつもより大きな
半紙に書いてみませんか？
ご参加をお待ちしています。

日時：1月10日(水)
14:00~15:30

場所：フロア 奥



※プログラムの際、フロア奥もしくは中央を
使用いたします。ご了承ください



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)

1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）
- * 当センターホームページ上のメールでの夕食注文の受付時間は、1月より9:00~12:00となります。
- * 食事時間は午後6時~7時です。 * 1月4日の夕食注文は、12月28日9時からとなります。



【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 お雑煮	5 ハンバーグ ご飯	 小寒 しょうかん 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。
7 休館日	8 豚の生姜焼き ご飯	9 スパゲティ ミートソース	10 ガパオライス	11 餃子 ご飯 	12 カレーライス	
14 休館日	15 魚料理 ご飯	16 チンジャオ ロース ご飯	17 チキンナゲット ご飯	18 肉じゃが ご飯	19 焼肉丼	
21 休館日	22 ハヤシライス	23 五目焼きそば	24 回鍋肉 ご飯	25 鶏の唐揚げ ご飯	26 親子丼	
28 休館日	29 ロール キャベツ ご飯	30 豚の ネギ塩ダレ ご飯	31 チキン南蛮 ご飯	 2024 今年もよろしく お願いいたします		

※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。