

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。
- * 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）
- * キャンセルの際は、早めにお知らせください。当日15時以降は料金全額のキャンセル料がかかります。
- * 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、午前9時～昼12時です。
- * 食事時間は午後6時～7時です。

【変更のお知らせ】

4月からご飯の盛り付けの呼び名を変更しました。
 実際のご飯の量に変更はありません。
 お間違えないようお願いいたします。

R6.3月まで

普通盛

小盛

4月以降

大盛

普通盛



日	月	火	水	木	金	土
					1 とんかつ 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。
3	4	5	6	7	8	
休館日	豚の生姜焼き ご飯	レンコン入り 鶏つくね ご飯	ピーマンの 肉詰め ご飯	野菜たっぷり そばろご飯	豚キムチ ご飯	
10	11	12	13	14	15	
休館日	鶏の唐揚げ ご飯	カレー	餃子 ご飯	鶏のみぞれ煮 ご飯	かに玉風 あんかけ ご飯	
17	18	19	20	21	22	
休館日	魚料理 ご飯	鶏大根 ご飯	チャプチェ ご飯	肉じゃが ご飯	鶏五目ご飯	
24	25	26	27	28	29	
休館日	和風 ハンバーグ ご飯	三色丼	油淋鶏 ご飯	ほうとう風 うどん	焼き鳥丼	

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。

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。

文化祭のお知らせ

屏風浦地域ケアプラザと合同で文化祭を開催いたします。

日時：11月17日(日)10:00～14:30

内容：販売・作品展示&キッズコーナー

【販売】お食事コーナー(カレーライス)、飲み物、革細工やオリジナルバッグ

【作品展示】利用者さんの作品展示

【キッズコーナー】バルーンアート、工作コーナー、おやつ釣りゲーム、

写真コーナー、ミニバス乗車体験

※ご不明な点等がありましたらお気軽にお問い合わせください。



支援センターより皆様へ

文化祭開催日の11月17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いません。

皆様のご理解とご協力をお願いいたします。

なお、11月18日(月)以降は通常どおりの開館となります。

11月予定表

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

※定期清掃日は入浴サービス開始時間が **11:30** からとなります。

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・お問い合わせください。
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1日(金) 15:00~15:30 精神科医(横浜市総合保健医療センター)
11月14日(木) 16:00~16:30 心理士(横浜市総合保健医療センター)
11月28日(木) 16:00~16:30 心理士(横浜市総合保健医療センター)

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

テーマ：「親が元気な今だからこそできること」

第3回 11月11日(月) 医療職の話

講師：元県立精神医療センター 石田氏

時間：13時30分~15時30分

場所：屏風ヶ浦地域ケアプラザ 1階
多目的ホール

参加費：無料 定員：各30名

対象：当事者(統合失調症)のご家族

問い合わせ・申込先：

磯子区生活支援センター
045-750-5300

「働こセミナー」開催のお知らせ

主催：横浜市精神障害者就労支援センター
ぱーとなー

内容：働いている仲間の体験談、ハローワークの
使い方のお話など

日時：11月22日(金)14時~16時

場所：磯子区生活支援センター フリースペース
(プロジェクター、スクリーンを使って、横浜市総合
保健医療センターから中継します)

対象者：当事者・当事者ご家族・支援者のいずれか
※申し込み不要です。

※上記の時間帯は、フリースペースでのTV視聴や
大きな声でのおしゃべり等はお遠慮ください。ご理解
とご協力をお願いいたします。

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6日(水)、20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。



☆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♪

日時：11月8日(金)、29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7日(木)、21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。

書道用具貸し出しのお知らせ

自主的な練習用として書道用具を貸し出して
おります。

貸し出し日時：11月25日(月)

14:00~15:00

(1時間程度)

※最初の10分位は各自の準備、
練習は30分位、最後の20分位を
片づけというような目安にしてください。

ご不明点はスタッフまでお声かけください。
よろしくお祈りします。

<書道用具貸し出し日程変更の お知らせ>

毎月第2水曜に実施しておりました
書道用具貸し出しは、毎月第4月曜
に変更になりました。



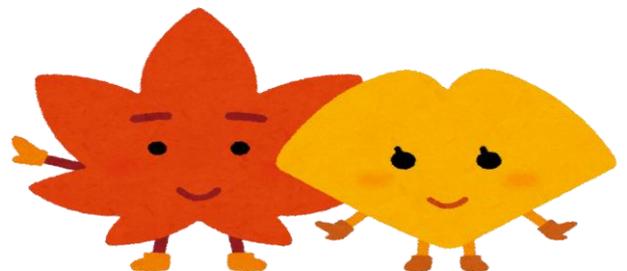
☆利用者ミーティング☆

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、奇数月に開催しています。

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19日(火)
16:00~16:30

場所：フロア 奥



※プログラムは途中参加、退出も自由です。見学だけでもお気軽にどうぞ。