

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。
- * 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。
 お間違えないようにお願いいたします。

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	2	3	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。
			休館日	休館日	休館日	
5	6	7	8	9	10	
休館日	お雑煮	豚の生姜焼き ご飯	ハンバーグ ご飯	ミートソース スパゲッティ	ガパオライス	
12	13	14	15	16	17	
休館日	餃子 ご飯	カレーライス	あんかけ 焼きそば	チンジャオ ロース ご飯	チキンナゲット ご飯	
19	20	21	22	23	24	
休館日	魚料理 ご飯	肉じゃが ご飯	ハヤシライス	五目焼きそば	回鍋肉 ご飯	
26	27	28	29	30	31	
休館日	鶏のから揚げ ご飯	親子丼	ロール キャベツ ご飯	豚の ネギ塩ダレ ご飯	チキン南蛮 ご飯	

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](tel:045-750-5300)

<夕食注文・プログラム等お問合せ> [045-751-8292](tel:045-751-8292)

<FAX> [045-750-5301](tel: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い致します。

磯子区生活支援センター 職員一同



令和6年度 利用者アンケート 実施のお知らせ

今年度は2/1(土)～2/22(土)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。

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(日)～1月3日(金)は、**休館日**となります。

令和7年(2025年)は、1月4日(土)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。

1月予定表

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

1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)
1月 9日(木) 16:00~16:30 心理士(横浜市総合保健医療センター)
1月23日(木) 16:00~16:30 心理士(横浜市総合保健医療センター)

※1月6日(月)および1月9日(木)のご予約につきましては、予約の受付が12/26(木)までとなります。ご承知おきください。

●書道用具貸し出しのお知らせに関する紹介【書道の時間】① 概要編●

《開催曜日》原則第4月曜日(毎月1回) 《開催時間》14:00~15:00

《開催場所》当センターフロア奥

《特徴》書道の時間は現在、自習です。

楷書と行書の手本をご用意しています。

手本はご持参いただいてもOK!手本なしで自由気ままに書いていただいてもOKです!

書道に必要な用具類はこちらで用意しています。

ご自身で使う書道用具をどのように準備するか片付けるかも掲示してあるので取り組みやすいです。

分からないことがあれば、担当の飛田美幸か他職員に気軽にお尋ねください。

開催日時に墨で汚れても良い服装で、手ぶらでフラッとお越しただけの気ままな書道の時間。

是非一度体験していただけたらと思います。

担当:飛田 美幸



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。

☆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♪

日時：1月10日(金)、31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16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。

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：1月27日(月)
14:00~15:00

(原則 毎月第4月曜 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。
よろしくお願いいたします。



☆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、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：1月21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。