

日	月	火	水	木	金	土
1	- □	- □	1 □	2 □	3 □	土曜日の夕食サービスの提供はお休みします
休館日			休館日 	休館日	休館日	
5	6 □	7 □	8 □	9 □	10 □	
休館日	ちらし寿司 今日の副菜 すまし汁	ビーフカレーライス 今日の副菜 	とろろ丼 今日の副菜 みそ汁	魚の煮付け 今日の副菜 ご飯 みそ汁	とんかつ 今日の副菜 ご飯 みそ汁	
12	13 □	14 □	15 □	16 □	17 □	
休館日	けんちん雑煮 今日の副菜	親子丼 今日の副菜 みそ汁	フライ 今日の副菜 ご飯 みそ汁	煮物 今日の副菜 ご飯 みそ汁	二色丼 今日の副菜 みそ汁	
19	20 □	21 □	22 □	23 □	24 □	
休館日	野菜麻婆 今日の副菜 ご飯 みそ汁	おでん 今日の副菜 ご飯 みそ汁	シュウマイ 今日の副菜 ご飯 みそ汁	竜田揚げ 今日の副菜 ご飯 みそ汁	魚のムニエル 今日の副菜 みそ汁	
26	27 □	28 □	29 □	30 □	31 □ 300円	
休館日	野菜煮物 今日の副菜 ご飯 みそ汁	天ぷら 今日の副菜 ご飯 みそ汁	混ぜご飯 今日の副菜 すまし汁	野菜炒め 今日の副菜 ご飯 みそ汁	ナポリタン  スープ	

- ・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、月の最後の日は300円、ゾロ目の日が500円です。(例8月8日、9月9日など…、土日はお休み)
- ・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・・・



★物価高でなかなか苦しい状況です。
献立の変更など、ご理解いただけると幸いです。

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

令和7年

神奈川県生活支援センター便り1月号

所在地：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/>



◆1月プログラム紹介◆

プログラム予約・お問い合わせ ☎ 045-321-6685

みんなカラオケ

1月10日(金) 15:00～

懐メロから最新曲まで！

多くの方のご参加をお待ちしています★



精神保健ボランティア “そら”
俳句 はあと灯かりミニ句会

*見学歓迎

1月17日(金) 14:00～

【兼題】 冬の季語

はつゆめ

・初夢

はつもうで

・初詣

★お一人2句まで鑑賞いたします。

★歳時記貸し出しします。

オセロレボリューション

1月14日(火) 15:00～

楽しくオセロ・将棋対戦！



利用者ミーティング

1月21日(火) 16:00～

みんなでセンターのことを話し合おう！



第10回 ほんわか WRAP

1月14日(火) 15:30～17:30

対象：興味のある方どなたでも

場所：反町地域ケアプラザ2階

ボランティアルーム

定員：8名(先着順)

※事前にお申し込みください。

お申込は1月4日(土)10時以降、
当生活支援センターまで。

第13回 就労者ピアミーティング

1月21日(火) 17:00～18:00

対象：就労されている方

場所：支援センター相談室

定員：10名程度(先着順)

※事前にお申し込みください。

働く仲間と、働く上での悩みや工夫を
温かい雰囲気の中で語り合い、
お互い元気をもらっています。



ピアミーティング

1月28日(火) 16:00～17:15

神奈川県でピア活動したい人、

興味のある方いらっしゃい！

～サイコロ・トークのテーマ～

- ①恋バナ ②毎日の楽しみ ③なりたい自分
 - ④今年チャレンジしたい事 ⑤会心の買物 ⑥おすすめスポット
- これまでに参加したことがある方も、初めての方も、
お気軽にご参加ください



【休館日】

毎週日曜日(1月は5・12・19・26)

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。





更新手続きをお願いします

登録カードに**青いシール(2025(令和7)年 3月まで)**が貼ってある方は、今年度末が登録期限です。

当センターを引き続き利用される場合は、ご来館いただき、更新手続きをお願いいたします。
(受付にてお声がけください。)



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。045-321-6685

予約時に相談内容をお聞かせ頂きます。

心理士	精神科医
1月 9日(木) 14:00~14:30	1月 6日(月) 14:00~ 川越医師
1月 23日(木) 14:00~14:30	2月 3日(月) 14:00~ 川越医師
2月 13日(木) 14:00~14:30	2月 10日(月) 14:00~ 山口医師
2月 27日(木) 14:00~14:30	

手芸サークル

★毎月第2・4木曜日★

1月9日(木)・23日(木)15:00~

予約は必要ありません！途中参加・退出自由です！

…手芸サークルでは…

編み物、刺繍、ビーズ、レジン、折り紙、ぬり絵、羊毛フェルト、裁縫、コラージュ、パンチニードルなど各自のお好きな手作業を行っています♪

他にも…衣類の補修、一緒に楽しくやってみませんか？
穴あき靴下、穴あきセーター、ボタン付けなど

※材料、裁縫セットは基本各自でお持ちいただきます
折り紙、ぬり絵、色鉛筆、糸、かぎ針はご用意あります
大きな穴には補修布やハギレなどがあると良いです



先生はいないので、教え合いながら楽しくやりましょう！

★主催者の都合により中止の場合もあります。開催の有無は、当日電話でご確認ください。(045-321-6685)

←12月の作品
とっても可愛いクリスマスの飾りができました！

サークル掲示板

新たに誕生！

将棋レクリエーション

★毎月第4火曜日★

1月28日(火)15:00~

オセロ等の他のゲームも可！

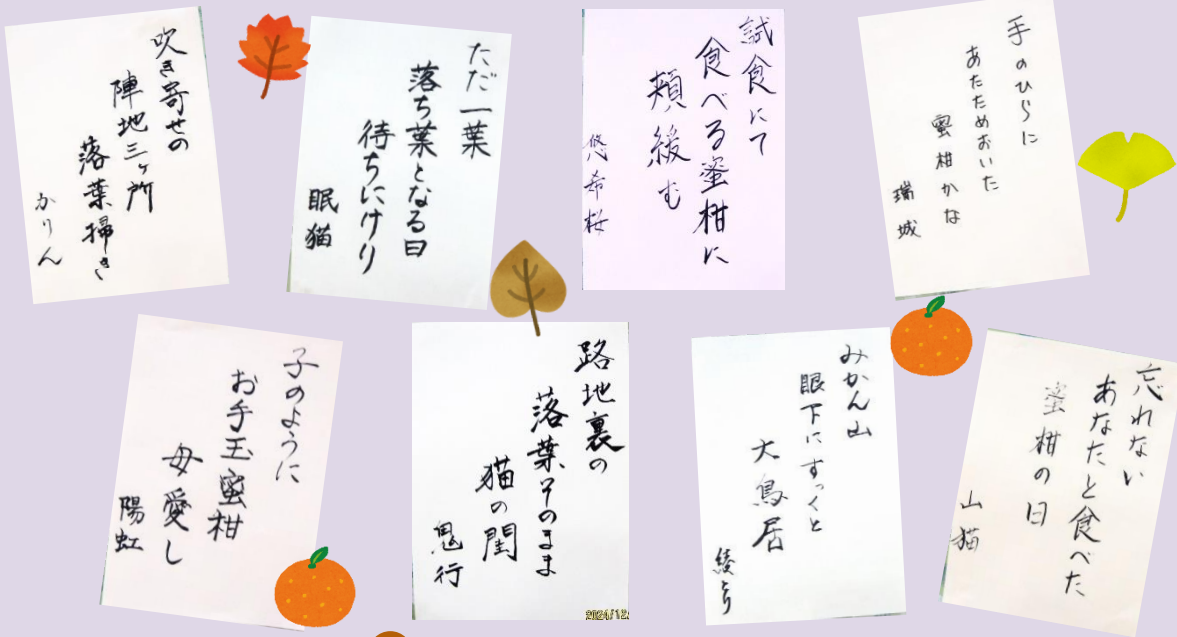
参加者募集
してます~



はーと遊ガーデンも盛り上がっています！



12月の旬



毎月第3金曜
14時〜
支援センター
フリースペース

季語は、「落葉」「蜜柑」
「落葉」でした。
★俳句会「はあと灯かり」では、持ち寄った句をボランティアの先生方と一緒に楽しく鑑賞しています。初心者大歓迎。いつでも見学・体験お待ちしております♪

X'mas 満喫! ~活動報告~

★みんカラ X'mas ver.

12月13日、みんカラ X'mas ver. を実施しました！
ご参加いただいた皆さん、歌いたい曲は歌えましたか？
みんなでユーミン「恋人はサンタクロース」、「きよしこの夜」、
「赤鼻のトナカイ」を合唱。シフォンケーキと紅茶と一緒に、ホッとした時間を過ごしました♪



★ピアミーティング

12月24日クリスマスイブの日、今回特別にみんなで買い出しに行き、お茶会をしました♪和気あいあい、楽しくおしゃべりできましたね。初めて参加された方、雰囲気はいかがでしたか？またぜひおしゃべりしましょう～



★館内飾りつけ

クリスマスに向けて、ツリーの飾りつけやぬり絵にご協力いただきありがとうございました！センターが素敵な空間になりました♪



年末年始の休館日 2024年12月29日(日)～2025年1月3日(金)

2025年1月4日(土)より通常どおりご利用いただけます。

本年もよろしくお祈りします！

