

2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
2	3	4	5	6	7	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	麻婆春雨 ご飯	おでん ご飯	豚の生姜焼き ご飯	鶏ピカタ ご飯	豚肉の温しゃぶ ご飯	
9	10	11	12	13	14	
休館日	鶏大根 ご飯	肉じゃが ご飯	鶏と野菜のトマト煮込み ご飯	餃子 ご飯	かに玉風あんかけ ご飯	
16	17	18	19	20	21	
休館日	魚料理 ご飯	肉豆腐 ご飯	鶏団子鍋 ご飯	豚ごまカツ ご飯	鶏のみぞれ煮 ご飯	
23	24	25	26	27	28	
休館日	鶏の治部煮 ご飯	鶏の唐揚げ ご飯	豆腐ハンバーグ ご飯	シチュー ご飯	豚の中華あんかけ 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

<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。

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、**2021年度**に登録された方です。

登録カードが**2025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)

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。



節分の由来について

今年の2月2日(日)は節分です。

節分は、「立春」「立夏」「立秋」「立冬」と1年に4つある季節の変わり目のうち、「立春」(春の始まり)の前日に当たる日で、毎年2月3日頃ですが、旧暦の立春が、新年1月1日であったため、その前日の節分は現在の大晦日のような日であったとのことです。そのため邪気や災いを払って、新しい年に幸運を呼び込むことを目的に、節分という行事が昔から日本各地で行われてきたそうです。



2月予定表

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

※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。

2月 3日 (月)	15:30~16:00	精神科医 (横浜市総合保健医療センター)
2月 7日 (金)	15:00~15:30	精神科医 (横浜市総合保健医療センター)
2月13日 (木)	16:00~16:30	心理士 (横浜市総合保健医療センター)
2月27日 (木)	16:00~16:30	心理士 (横浜市総合保健医療センター)



2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：2月5日(水)、19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：2月14日(金)、28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：2月6日(木)、20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あります。

貸し出し日時：2月24日(月・祝)
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。よろしくお願ひします。



※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。

●書道用具貸し出しの紹介【書道の時間】②インタビュー編●

昨年の暑い日。書道の時間後にAさんにインタビューしました。

Q:何回目の参加ですか?⇒A:(前講師がいた時代から含めて)2年位。12~13回ぐらいの参加。

Q:最近、書道の時間で書いた文字はなんですか?⇒A:「梅雨」この間書いた時はかなり沢山書いた。

Q:書いてみたい字はありますか?⇒A:「木」、今思いついた。「木」そのものが好きだから。

Q:参加してよかったことはありますか?

⇒A:今まで書道を習っていたので楽しみにしている。ここはお手本が豊富なので字を習いやすい。

生活支援センターを卒業して、就労支援を受けて働けるようになりたい。

Q:書道の時間で何かしたいことはあるか?⇒A:墨絵を描いてみたいです。

※書道の時間は書きたいものを書いてよい時間です。墨絵を描くのも勿論OKです(^-^)/



担当：飛田 美幸