

7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500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。



令和7年4月1日より変更しました。

変更前	変更後
400円	500円

※ご飯の量は「大盛」等を設けず一律といたしました。

毎回
美味しい副菜と
汁物がつきます！



日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	
		肉野菜炒め ご飯	チキン南蛮 ご飯	ハンバーグ ご飯	天ぷら ご飯	
6	7	8	9	10	11	
休館日	七夕そうめん	三色丼	棒棒鶏 ご飯	鮭のちらし 寿司	冷やし中華	
13	14	15	16	17	18	
休館日	中華丼	夏野菜の はさみ揚げ ご飯	餃子 ご飯	ミートボールの 甘酢あんかけ ご飯	チキンカレー	
20	21	22	23	24	25	
休館日	鶏ピカタ ご飯	冷しゃぶ ご飯	野菜の 豚肉巻き ご飯	ガパオライス	鶏の唐揚げ ご飯	
27	28	29	30	31		
休館日	筑前煮 ご飯	豚の生姜焼き ご飯	魚料理 ご飯	豆腐 チャンプルー 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。

※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。

※磯子区生活支援センターHPのQRコードはこちら→



利用者さんの作品紹介



S・F様の作品

先月号に引き続き、今回も利用者さんから紙面に掲載する作品を提供いただきました。

作品名は、「花に集まる蝶とキティちゃん」です。

お花に集まる蝶の様子が、躍動感に溢れており、見ごたえのある陶芸作品に仕上がっていますね！

もう一つの作品も、おなじみの可愛いキティちゃん！といった感じで、こちらも素晴らしい作品ですね！

※磯子区生活支援センターでは、センターだよりに掲載する作品を随時募集しておりますので、掲載希望の作品がある利用者さんはぜひ、お気軽にお問い合わせください。

七夕飾りコーナー設置のお知らせ



短冊や飾りに願いを託して

子どもの頃に作った七夕飾りを作りませんか。

フロアに短冊や折り紙をご用意しています。

好きな時に作って、好きなように飾ってください。

※短冊や飾りはお返しできませんが、願いがかないますよう心を込めながら片付けさせていただきます。

日時：7月7日(月)まで

場所：磯子区生活支援センター フロア

7月予定表

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

※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。

7月 11日(金) 15:30~16:00 精神科医 (横浜市総合保健医療センター)
7月 29日(火) 14:30~15:00 精神科医 (横浜市総合保健医療センター)

●プログラム紹介【もくもく会の魅力】●

もくもく会をやりますとお伝えすると「もくもく会って何ですか??」というご質問をいただきます。「もくもく会とは」とネットで検索すると色々出てきます。

私が大好きな、もくもく会の魅力とは、

- ① やりたいことや、やらなくちゃいけないことなど先送りにしていることが意外とできる。
 - ② 苦手なことや、1人だと気が進まないことなどチャレンジしてみたいことにいつもよりスムーズに取り組める。
- 当センターのもくもく会は、皆さんのやることは違えども、疲れすぎないよう程よい「1時間」の取り組みです。人によっては作業などが普段より、はかどることがあります。こういう使い方もありますというご紹介でした。



担当：飛田 美幸

7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：7月2日(水)、16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：7月11日(金)、25日(金)

14:30~15:30

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：7月3日(木)、31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：7月28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のお知らせ

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：7月15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。