

日	月	火	水	木	金	土
		- □	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	月曜日の夕食サービスの提供はお休みします		夕食サービスの提供はお休みします	魚のソテー 今日の副菜 ご飯 みそ汁	鶏、ごぼう甘辛煮 今日の副菜 ご飯 みそ汁	
5		7 □	8	9 □	10 □	
休館日		蒸し野菜盛り合わせ 今日の副菜 ご飯 みそ汁	夕食サービスの提供はお休みします	ポトフ 今日の副菜 ご飯	天津丼 今日の副菜 スープ 	
12		14 □	15	16 □	17 □	
休館日		煮物 今日の副菜 ご飯  みそ汁	夕食サービスの提供はお休みします	ソース焼きそば 今日の副菜 ご飯 みそ汁	煮魚 今日の副菜 ご飯 みそ汁	
19		21 □	22	23 □	24 □	
休館日		二色丼 みそ汁	夕食サービスの提供はお休みします	ミートソース 今日の副菜  みそ汁	肉じゃが 今日の副菜 ご飯 みそ汁	
26	28 □	29 □	30 □	31 □		
休館日	豚汁 まぜご飯 	マーボー春雨 今日の副菜 ご飯 みそ汁	カレーライス みそ汁	チキンライス 今日の副菜 みそ汁		

・夕食提供時間は、火曜日～金曜日 18:00～19:00です。

・調理スタッフの確保ができないため、月曜日、1日、8日、15日、22日の夕食サービスの提供はお休みします。

・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500円です。

・日付横の□は注文チェック(☑)にご利用ください。



申込専用電話  
045-321-6685を  
ご利用ください

★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

令和7年度



# 神奈川区生活支援センター 便り 10月号



所在地：神奈川区反町 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/>



## ◆10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

**10月10日(金) 15:00～**



懐メロから最新曲まで！  
参加お待ちしております★



### 就労者ピアミーティング

**10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。

### ほんわかピアトーク (旧フリートークの会)

**10月14日(火) 15:00～17:30**

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：9名(先着順)

**※事前にお申し込みください。**

お申込みは 10月1日(水)10時以降、  
当生活支援センターまで。

### ピアミーティング

**10月28日(火) 16:00～17:15**

予約不要

ピアミーティングはみなさんが  
興味のある事ややってみたい事を  
話し合える場です！  
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♪

過去の活動例：  
クリスマス会、勉強会、テーマトーク

### オセロレボリューション

**10月14日(火) 15:00～**



楽しくオセロ・将棋対戦！



### 精神保健ボランティア “そら” 俳句 はあと灯からミニ句会

**10月17日(金)14:00～**

【兼題】秋の季語  
・秋刀魚 ・虫



★お一人2句まで鑑賞いたします。  
★歳時記貸し出します

### 【休館日】

毎週日曜日(10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。



# 手芸サークル

★毎月第2・4木曜日★

10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！

S・Yさん作品の推しの絵です！  
写真立てに入れて飾ったらとても  
推しがカッコいいですね♪  
小さくなってしまいましたが、一番  
右下にS・Yさんの塗り絵も載せて  
います！



M・Yさん作品の帽子(左)とバッグ(右)です！  
デザインが細かく、白を基調としているからかとても  
素敵ですね！  
少し肌寒くなってきているので、今の時期にとっても  
合いそうなアイテム♪



S・Yさん作品のフラワ  
ー指輪です！  
ビーズで作られた指  
輪って、どこか懐かし  
さを感じませんか？  
色合いも凄く爽やか  
ですね♪

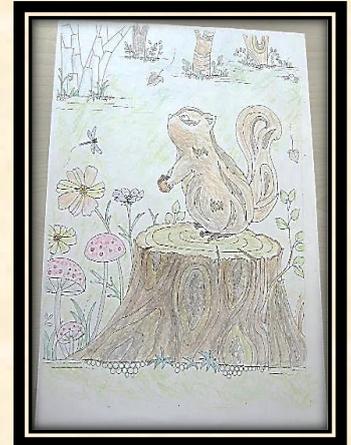


I・Kさん作品のアクリル  
コースターです！  
正確に編まれていてさす  
がの出来！！  
お手製のコースターを使  
うのってワクワクします  
よね♪

N・Sさん作品の花の  
塗り絵です！  
手芸サークル初参  
加！  
花の下絵に色を加え  
てキレイな黄色い花  
の作品に仕上がって  
いますね♪



I・Aさん作品の塗り絵  
です！  
まるでおとぎ話の世界  
に入ったようなメルヘ  
ンチックな絵！  
切り株にのっているリス  
がとても可愛らしい  
ですね♪



★開催の有無は、当日電話でご確認ください。  
(045-321-6685)



# 嘱託医相談

ご本人・ご家族からの相談をお受けしています。

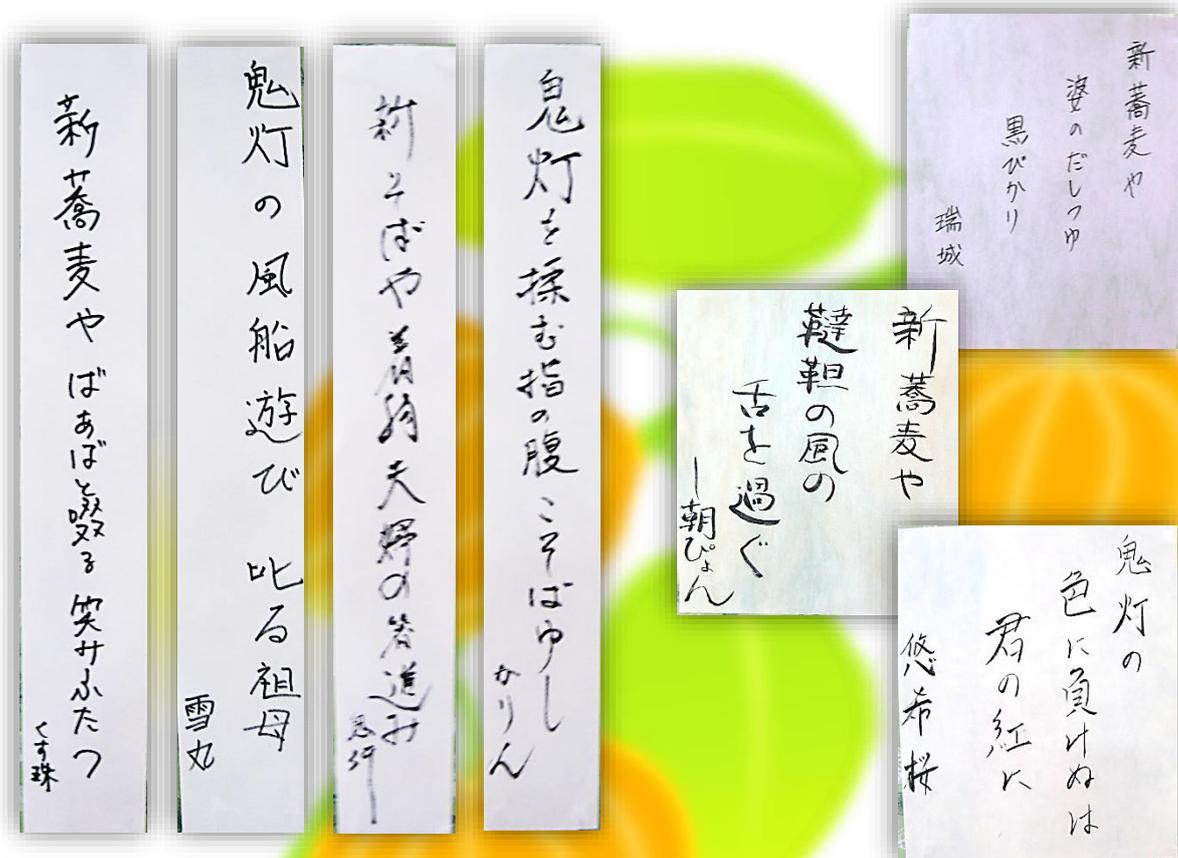
相談日の7日前までに来館、電話にてご予約ください。045-321-6685

予約時に相談内容をお聞かせ頂きます。



精神科医	
第1火曜日	10月7日 13:30~
第2金曜日	10月10日 14:00~
第1月曜日	11月3日 <b>祝日の為お休み</b>
第2金曜日	11月14日 14:00~

## 9月の旬



季語は、「新蕎麦」「鬼灯」

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♪



毎月第3金曜  
14時~  
支援センター  
フリースペース