

日	月	火	水	木	金	土
		- □	- □	1 □	2 □	
休館日						
4		6 □	7 □	8 □	9 □	
休館日	月曜日の夕食サービスの提供はお休みします	惣菜三種盛り 今日の副菜 すまし汁	とろろ丼 けんちん汁	魚の煮付け 今日の副菜 ご飯 みそ汁	カレー 今日の副菜 ご飯 	土曜日の夕食サービスの提供はお休みします
11		13 □	14 □	15 □	16 □	
休館日		中華丼 今日の副菜 みそ汁	肉じゃが 今日の副菜 ご飯 みそ汁	魚フライ 今日の副菜 ご飯 みそ汁	焼きそば 今日の副菜 スープ	
18		20 □	21 □	22 □	23 □	
休館日		シュウマイ 今日の副菜 ご飯 みそ汁 	おでん 炊き込みご飯 みそ汁	魚のムニエル 今日の副菜 ご飯 みそ汁	焼肉丼 今日の副菜 みそ汁	
25		27 □	28 □	29 □	30 □	
休館日		混ぜご飯 今日の副菜 みそ汁	野菜炒め 今日の副菜 ご飯 みそ汁 	唐揚げ風 ご飯 中華スープ	肉詰め 今日の副菜 ご飯 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。



副菜は日替わり
です。



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

★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♪

1月9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★

ほんわかピアトーク

1月13日(火) 15:00～17:30

テーマ「認知行動療法」



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 1月5日(月)10時以降、
当生活支援センターまで。

オセロレボリューション

1月13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

*見学歓迎

1月16日(金)14:00～

【兼題】冬の季語
ふゆざしき かん
・冬座敷 ・寒

★お一人2句まで鑑賞いたします。
★歳時記貸し出します



就労者ピアミーティング

1月20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。



あけまして
おめでとう！

ピアミーティング

1月27日(火) 16:00～17:15

「サイコロトーク」



サイコロを振って出た
テーマについて話します！
気になる各テーマ内容は
当日のお楽しみ♪
沢山の参加お待ちしております！

【休館日】

毎週日曜日(1月は4・11・18・25)
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**緑シール(2026年3月まで)**が

貼ってある方は、今年度末が登録期限です。

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(火曜日のみ2週間前)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	1月6日 15:30～
第2金曜日	1月9日 14:00～
第1火曜日	2月3日 15:30～
第2金曜日	2月13日 14:00～

手芸サークル ★毎月第2・4木曜日★

1月8日(木)・22日(木)15:00～

予約は必要ありません！途中参加・退出自由です！



M・Kさん作品
・スヌード
・ニットキャップ



S・Yさん作品
・バッグ
・三角ショール



I・Mさん作品
・リボン



S・Nさん作品
・クリスマスツリー



M・Yさん作品
・クリスマスリース



★開催の有無は、当日電話でご確認ください。(045-321-6685)

12月の旬

悴む手洗って拭きて繰り返し朝ごはん

行く年や裁縫 袖を整理する
瑞城

行く年や万草鏡よりさうめにて
利

思ひ出す母の温もり 悴む手
心無限

行く年や刻む秒針 舟をこぐ
くす珠

行く年やすく角さるる列人
思行

年惜しむ
目標叶はず
あやふ
勇気

悴みて
指間を滑る
お取り箸
かりん

季語は、「悴む」「行く年」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♪



毎月第3金
曜14時
支援センター
フリースペース

♥ X'mas 報告 ♥

◆クリスマスの飾りつけ◆

12/5(金)に入口とフロアを中心にみんなで一緒に飾りつけをしました！どこに飾りをつけるか意見を頂きながら、楽しく飾りつけができたと思います♪



◆みんカラ X'mas 会◆

12/12(金)にみんカラクリスマスバージョンを開催！サンタの帽子を被りながら、みなさんノリノリで歌っていました！途中休憩を挟み、毎年恒例のケーキと紅茶を満喫♪遅れて参加の方も沢山いて、とても楽しい時間になりました！



◆ほんわかピアトーク&ピアミーティング◆

12/9(火)は今年度から始まった「ほんわかピアトーク」にて、お茶を飲みながらのみんなでトーク♪メンバーの方からお菓子のご用意もありました！

12/23(火)はまさしく『クリスマス』をテーマにしたピアミーティング！みんなで菓子買いに行って、いつもとは違う遊びのあるプログラムに♪



年末年始の休館日 2025年12月28日(日)～2025年1月4日(日)

2026年1月5日(月)より通常どおりご利用いただけます。

本年もよろしくお願いします！

