

# 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。(火曜日分は、月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。  
※メール注文につきましては、令和 7 年 12 月末をもって終了になりました。ご承知おきください。
- \* 食事時間は午後 6 時～7時です。
- \* 豪雨、台風など、警報レベルの気象情報が発出されるような場合、夕食サービスを中止する場合があります。  
予めご了承ください。



2月の夕食サービスは週4日（火・水・木・金）です。  
都合により献立を変更、又は夕食サービスを中止させて  
いただく場合があります。  
予めご了承ください。

| 日   | 月    | 火     | 水       | 木     | 金        | 土 |
|-----|------|-------|---------|-------|----------|---|
| 1   | 2    | 3     | 4       | 5     | 6        |   |
| 休館日 | 提供なし | おでん   | 豚の生姜焼き  | 鶏ピカタ  | 豚肉の温しゃぶ  |   |
|     |      | ご飯    | ご飯      | ご飯    | ご飯       |   |
| 8   | 9    | 10    | 11      | 12    | 13       |   |
| 休館日 | 提供なし | 肉じゃが  | カレーライス  | 餃子    | かに玉風あんかけ |   |
|     |      | ご飯    |         | ご飯    | ご飯       |   |
| 15  | 16   | 17    | 18      | 19    | 20       |   |
| 休館日 | 提供なし | 肉豆腐   | 鶏団子鍋    | 豚ごまカツ | 鶏のみぞれ煮   |   |
|     |      | ご飯    | ご飯      | ご飯    | ご飯       |   |
| 22  | 23   | 24    | 25      | 26    | 27       |   |
| 休館日 | 提供なし | 鶏の唐揚げ | 豆腐ハンバーグ | シチュー  | 豚の中華あんかけ |   |
|     |      | ご飯    | ご飯      | ご飯    | ご飯       |   |
|     |      |       |         |       |          |   |
|     |      |       |         |       |          |   |
|     |      |       |         |       |          |   |

毎回  
美味しい副菜と  
汁物がつきます！



土曜日の夕食サービスは提供していません。  
ご了承ください。

VOL. 232 2026年 2月号

# 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→ 

## 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、2022年度に登録された方です。

登録カードが2026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7年度 利用者アンケート 実施のお知らせ

今年度は2/2(月)～2/23(月)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施設運営に活かしていくので、  
ご協力をよろしくお願ひいたします。

今年度より、実施方式を紙からGoogle フォームに変更いたします。

実施期間に利用者の皆様にQRコードを添付した用紙をお渡ししますので、  
ご協力いただければと思います。よろしくお願ひいたします。

※Google フォームの利用環境がない(PC、スマホをお持ちでない)方へは、  
従来どおりアンケート用紙を配布いたします。



## 2月予定表

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

※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。

### 嘴託医相談

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 10日 (火) 16:00~16:30 精神科医 (横浜市総合保健医療センター)  
2月 13日 (金) 15:30~16:00 精神科医 (横浜市総合保健医療センター)

※都合により日程を変更、中止する可能性があります。予めご了承ください。



### 節分の由来について



今年の2月3日 (火) 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4日(水)、18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。

### ☆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5日(木)、19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、  
ご自分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。



### 感染症対策について



最近は寒い日が続き、体調を崩しやすい気候となって  
います。

利用者の皆さんには、うがい・手洗い・アルコール消毒  
などの感染症対策に加え、規則正しい生活や十分な  
睡眠、バランスの取れた食事など、日頃の体調管理を心  
がけていただきたいと思います。

特に、インフルエンザや新型コロナウイルスなどが流  
行しやすい時期です。

どうぞ皆さん、お気をつけてお過ごしください。

※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。

※豪雨、台風など、警報レベルの気象情報が発出されるような場合、プログラムの中止や閉館時間を早める場合があります。

### ☆みんなで ISO GO 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13日(金)、27日(金)  
14:30～15:30

場所：フロア奥



### 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：2月23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。  
よろしくお願いします。

