

日	月	火	水	木	金	土
	月曜日の夕食サービスの提供はありません		1 □	2 □	金曜日の夕食サービスの提供はありません	土曜日の夕食サービスの提供はありません
休館日			惣菜三種盛り 今日の副菜 ご飯 みそ汁	カツ丼 今日の副菜 		
5		7 □	8 □	9 □		
休館日		魚の煮付け 今日の副菜 ご飯 みそ汁	手巻き寿司 今日の副菜 ご飯 お吸い物 	麻婆豆腐 今日の副菜 ご飯 みそ汁		
12		14 □	15 □	16 □		
休館日		野菜炒め 今日の副菜 ご飯 みそ汁	鶏てりやき 今日の副菜 ご飯 みそ汁	餃子 今日の副菜 ご飯 みそ汁 		
19		21 □	22 □	23 □		
休館日	ポトフ チキンライス	煮魚 今日の副菜 ご飯 みそ汁 	チキンカツ 今日の副菜 ご飯 みそ汁			
26	28 □	29 □	30 □			
休館日	煮物 今日の副菜 ご飯 みそ汁 	中華、天津の合盛り丼 スープ	ごぼう鶏肉煮 今日の副菜 ご飯 みそ汁			

- ・夕食提供時間は、火曜日～木曜日 18:00～19:00です。
- ・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8年度

神奈川区生活支援センター便り4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/>



◆4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♪

4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

4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

4月14日(火)15:00～17:30

「リカバリーについて」

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4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

4月28日(火)16:00～17:15

「食事と栄養」

毎日の食事からちょっと見直してみませんか？
～できる事から始める食習慣～

持ち物は特にありません！
皆様の参加お待ちしております♪

オセロレボリューション

4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

*見学歓迎

4月17日(金)14:00～

【兼題】春の季語
はるひがさ なたねづゆ
・春日傘 ・菜種梅雨



★お一人2句まで鑑賞いたします。
★歳時記貸し出します

～夕食サービスのお知らせ～

今月より、夕食の提供日が、週3日(火・水・木)に変更となります。今回の見直しにより、地域へ出向いての活動、新たなニーズの掘り起こしなど、相談支援機能の一層の充実を目指します。ご理解を賜りますよう、お願い申し上げます。

【休館日】

毎週日曜日(4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。

園芸プログラム 3/19(木)

なんとか雨も降らずに決行できました！
利用者様と寄せ植えを中心に、はーと友の花壇を可愛らしく
前回と比べるとスッキリとした印象の花壇になりました♪



全体で見るとホントにスッキリ！！
一つ一つの植木鉢がよく見えるので、
じっくり鑑賞できますよ🌸

寄せ植え中の様子🌸

暖色系でまとめたものと、寒色系でまとめたものの2種類！！
利用者様の手際がとても良かったです♪



手芸サークル ★毎月第2・4木曜日★

4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！
※材料、裁縫セットは基本各自でお持ちいただけます！
折紙、ぬり絵、色鉛筆、毛糸、かぎ針はご用意あります！

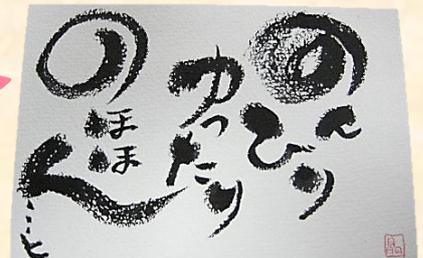


- ★猫三姉妹
- ★桜のモチーフチャーム
- ★キャミベスト
- ★三角ショール



- ★己書
- ★タオルで作る熊のぬいぐるみ

他にも沢山作っています♪
展示もしています♪



★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月曜日	4月6日 15:00~
第4金曜日	4月24日 14:30~

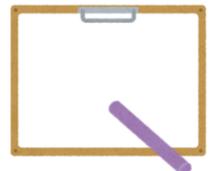
ちよっただけ皆様にご紹介！！

先月のピアミーティングでは、いつもと違って利用者様の案で「パステルンルン」をしました！！

提案者である利用者様が先生となり指揮を取ってくれました♪

「パステルンルン」ってなんだろ？って思っている方もいると思うので

ここで少しご紹介しようと思います！！



パステルという粉末の顔料を接着剤で棒状に固めた画材を

削って粉にしてこすったり、のぼしたり、ぼかしたりして作品を作ります！

水やパレット、筆などもいらないので画用紙一枚とパステルがあればいつでも簡単にできます！

ピアミーティングに参加した皆様の作品をいくつか載せてますのでどうぞご覧下さい♪♪

