

11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（045-751-8292）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。
- * 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。



11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	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。
休館日	提供なし	レンコン入り 鶏つくね	麻婆豆腐	野菜たっぷり そばろご飯	春巻き	
		ご飯	ご飯		ご飯	
8	9	10	11	12	13	
休館日	提供なし	餃子	カレーライス	鶏の みぞれ煮	チンジャオ ロース	
		ご飯		ご飯	ご飯	
15	16	17	18	19	20	
休館日	提供なし	鶏大根	野菜の肉詰め	肉じゃが	魚料理	
		ご飯	ご飯	ご飯		
22	23	24	25	26	27	
休館日	提供なし	豚とろろ丼	油淋鶏	ほうとう風 うどん	チキンカツ	
			ご飯		ご飯	
29	30					
休館日	提供なし			毎回 美味しい副菜と 汁物がつきます！		

※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→



文化祭のお知らせ

今年も文化祭の季節がやってきました。今年は開所20周年の節目にあたり、屏風ヶ浦地域ケアプラザと合同で『20周年記念感謝祭』を開催いたします。

当日磯子区生活支援センターでは、作品展示や食事スペースの提供などを行います。詳細は館内の掲示でもお知らせします。みなさまのお越しを心よりお待ちしております。

日時：11月15日（日）10：00～14：30

♥ 展示作品を募集しています

文化祭で作品を展示しませんか？ 絵画や書道、写真、手作り小物など、ご自身の作品であればOKです。締め切りは11月10日（火）です。

展示希望の方は事前にご連絡をお願い致します。

3Fスペースでの催し

- * バルーンアート
- * 工作コーナー
- * おやつ釣りゲーム
- * 輪投げ的当て
- * ミニバス乗車体験など



軽食・各種販売

- * カレーライスの販売
- * コーヒー等の販売
- * フランクフルトの販売
- * 革細工やオリジナルバッグの販売など



文化祭開催日の11月15日（日）は休館日ですので、電話・面接相談、夕食サービス、入浴・洗濯サービスなど各種有料サービスは提供いたしません。ご理解とご協力をお願いいたします。なお、11月16日（月）以降は通常どおり開館いたします。

※ご不明な点等がありましたらお気軽に職員にお問い合わせください。

11月予定表

1	日	休館日	16	月	定期清掃
2	月	定期清掃	17	火	利用者ミーティング
3	火		18	水	Café de 屏風ヶ浦
4	水	Café de 屏風ヶ浦	19	木	定期清掃 もくもく会
5	木	定期清掃 もくもく会 嘱託医相談	20	金	嘱託医相談
6	金		21	土	閉館 16:00
7	土	閉館 16:00	22	日	休館日
8	日	休館日	23	月	定期清掃 書道用具貸し出し
9	月	定期清掃	24	火	
10	火	全館清掃	25	水	
11	水		26	木	定期清掃
12	木	定期清掃	27	金	みんなで ISOGO 体操
13	金	みんなで ISOGO 体操	28	土	閉館 16:00
14	土	閉館 16:00	29	日	休館日
15	日	文化祭 七五三	30	月	定期清掃

※定期清掃日は入浴サービス開始時間が11:30からです。

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」です。

※ご予約は7日前までにお申し込みください。

11月 5日(木) 15:00~15:30 精神科医(横浜市総合保健医療センター)
 11月20日(金) 15:00~15:30 精神科医(横浜市総合保健医療センター)
 12月 3日(木) 15:00~15:30 精神科医(横浜市総合保健医療センター)
 12月18日(金) 15:00~15:30 精神科医(横浜市総合保健医療センター)

お申し込みの前に… 主治医にはなれません。セカンドオピニオンではありません。

病院やクリニックなどの紹介はできません。

診断、検査、お薬の処方もできません。

以上をご承知おきください。



精神疾患の家族教室

共催：磯子区精神保健福祉家族会なぎさ会
 磯子区生活支援センター

内容：今年のテーマ

「親が元気な今のうちに心の準備をしておきましょう」

第3回 11月9日(月)

『当事者と家族の

コミュニケーションの取り方について』

場所：屏風ヶ浦地域ケアプラザ1階多目的ホール

時間：13:30~15:30

講師：光の丘相談室 鈴木氏

対象：当事者のご家族

参加費：無料

お申し込みをお待ちしています

申込み・問い合わせ先：磯子区生活支援センター

045-750-5300

10月9日 今年最後のゴーヤです

少し小振りですが、とてもきれいな
 緑色をしています。受付のマスコット
 と一緒に置いてみました。





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：11月4日(水)、18日(水)
15:00~16:00

場所：フロア中央



書道用具貸し出しのお知らせ

自主的な練習の場として書道用具を貸し出します。



貸し出し日時：11月23日(月・祝)
14:00~15:00
(原則 毎月4月曜 1時間程度)
場所：フロア奥

※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。

☆利用者ミーティング☆

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：11月17日(火)
16:00~16:30

場所：フロア 奥



☆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：11月13日(金)、27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：11月5日(木)、19日(木)
15:00~16:00

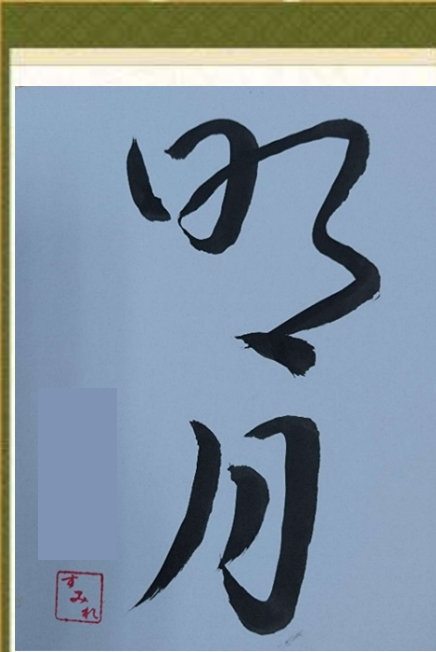
場所：フロア 奥

※支援センターでも道具を用意していますが、
ご自身で黙々と作業出来る物をご持参頂く事をお勧めします。



作品展

S・H様の作品
『一生涯、月のように明るく過ごしたい』とのこと



※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。