

栄区生活支援センター

平成23年
8月号

発行：横浜市栄区生活支援センター <http://homepage2.nifty.com/sakaekulac/>

住所：横浜市栄区小菅ヶ谷 3-32-12-2F 相談電話：045(896)0483

暑い夏がやってきました！節電などとも言われていますが、センターは(それなりに)涼しいですよ！

体調に気をつけてこの暑さを乗り切っていきましょう！

よろしくね！ あきもと  栄の愉快的なスタッフたち！

すずき(りゅう) たかはし しだ しもうら すずき所長 つちや やら うどう いとう あさみず

EVENT SCHEDULE

- ・ 6日(土)…流しそうめん
- ・ 7日(日)…誕生会
- ・ 8日(月)…**休館日**
- ・ 10日(水)…こころの健康相談
- ・ 13日(土)…SST講座
- ・ 14日(日)…SAKAEピア
- ・ 20日(土)…利用者ミーティング
- ・ 21日(日)…楽ッキング
- ・ 24日(水)…カウンセラーによる相談
- ・ 26日(金)…BBQ大会
- ・ 27日(土)…ひだまり
- ・ 28日(日)…グループカウンセリング

お問い合わせ・申込等の電話は

045(896)0479

をご利用ください。

栄の相談日

嘱託医相談

小西 潤 先生…8月18日(木) 16:30~
都甲 崇 先生…8月23日(火) 16:30~
越智 祥太 先生…8月25日(木) 18:15~

相談ご希望の方は
予約が必要です



職員による個別相談

8月10日(水) 14:30~16:30

カウンセラーによる個別相談

8月24日(水) 14:30~16:30

毛利さんの電話相談

8月10日・24日(水) 14:30~17:00

特に予約は要りません

バーベキュー大会 2011



みんなで楽しくおいしくいただきます！

日時:8月26日(金)11:00~

場所:上郷森の家野外炊飯場

参加費:500円



9:50センター出発

(9:40までにセンターに来て下さい)

締め切り:8月19日(金)21:00まで
※締め切り以降のキャンセルは
返金できませんご注意ください！



このコーナーは、生活支援センターからの情報や、センターを利用されている皆様の声をご紹介します。お楽しみに☆



僕にはまだやることがあるんだ！！

この2カ月、ショックのあまり、心を揺るがし、引きずっていることがある。それは自分のある病についてである。そしてその病とは、脳動脈瘤のことである。脳の血管の分かれ道のとこの血流の勢いがすごく、圧迫されてコブができた状態である。形や大きさ、場所と、総合的に判断してアブナイとのことである。放っておくと、クモ膜下出血になり、命を落とす危険もあるとのことである。ひとりになると、悪い方向にばかり考える傾向があるので、なるべく人の中に埋もれ、忘れていたが、やっと決心がついた。不安な気持ち、恐さはあるけど、手術することに決めた。それは、もっともっと生きたいし、やり残していることがあるし、人生を享受したいからである。

平成 23 年 7 月 17 日 八住 泰海

月 FURIYOMI

今回の利用者ミーティングでは、まず今後の予定のお知らせの中で納涼会について納涼会実行委員長からお話ししてもらいました。次にイベントについて、節約講座や身だしなみ講座など生活に則した講座をしてほしいという意見や、卓球大会について横浜市各生活支援センター共催の大会が出来たらいいという声も出ました。

議題①夕食サービスのあと食べかすをふきんできちんと拭かない人がいることについて

前回のTVのつけっ放しの時と同様、ルールとして本人が責任を持ってやってもらうことが基本。お互いに注意するよう声をかけ合うことが大切だが、病状がよくないなど話しかけていいか判断に困った場合はスタッフに相談すること。

また、夕食サービスで洋食の時も、ご飯の方がいいという意見が根強く、参加メンバーに意見を聞きました。

地域移行・地域定着支援より

横浜市精神障害者地域移行・地域定着支援事業は、事業を実施する生活支援センターが4ヶ所から8ヶ所に増え、市内を4つのエリア（中央・西・北・南）に分けて従来の退院に向けての支援だけではなく、病院や各関係機関と連携しながら地域定着支援も考えていくことになりました。まず、南部ブロックの生活支援センター（港南・磯子・栄）では、7月4日に芹香病院で病院関係者向けの研修を行いました。

今回は生活支援センターの紹介、退院に向けての支援の流れ、事業を通しての自立支援員としての気づきなどをお話しました。

院長先生をはじめ看護師の方など 35 名の方に参加いただき、病院からは事業所が増えたことで長期入院の方の退院に向けて心強い、という言葉をいただきました。

また、成功した事例だけでなく困難事例も聞きたいという意見もありました。

今後も今まで以上に病院・関係機関と連携し、ひとりでも多くの方が安心して地域で暮らせるように支援していきたいと思っています。





流しそうめん大会

イベント情報

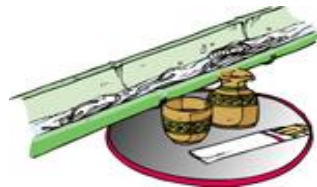
夏の“涼”を味わうイベントといえばこのイベントです！

半分に割った竹に水を流して、そこから流れてくるそうめんを味わえば文句なしに“涼”を味わえます。竹を組み立てる段階から参加していただけますので、皆さんで手作りのイベントにしましょう！！

日時：8月6日（土） 12：00～

場所：栄区生活支援センター横芝生

参加費：300円



☆誕生会☆

日時：8月7日(日) 14：30～

場所：栄区生活支援センターホール

誕生月の方は無料で参加できます！

それ以外の方 お菓子代 100円。

皆さんで楽しい誕生会を作りましょう！

お手伝いしてくれる方 13：00集合

※申込 当日 13：00まで。



☆SST講座☆

今回は第3回「話しを続けるパート②」

コミュニケーションをスムーズにしたい方お気軽にご参加下さい！

日時：8月13日（土） 15：00～17：00

場所：栄区民文化センター 会議室

参加費：無 料

☆昼食会☆

8月はお休みです！

9月をお楽しみに！



☆SAKAEピア☆



日時：8月14日(日) 14：30～16：00

場所：栄区生活支援センター集会室

自分が思ったこと、感じたことを素直に、安心して話せるミーティングの場所です。

皆さんで心地よい空間を共有しましょう。

☆ひだまり☆



日時：8月27日（土） 10：00～15：00

場所：小菅ヶ谷地域ケアプラザ/栄区生活支援センター

内容：クラフトテープで工作

昼食メニュー：春巻き、中華スープ、杏仁豆腐

☆センターでは喫茶を開いています。

コーヒー、紅茶、アイスクリーム等がお召し上がりいただけます。

また、喫茶をお手伝いいただける方も大募集！

我こそはと思う方はスタッフまでお申し出下さい。

☆グループカウンセリング☆

日時：8月28日（日） 14：30～

カウンセラー：藤木 由理さん

カウンセラーの藤木先生と共に様々なテーマについて話し合いをします。

自分の思いがけない一面が垣間見えるかも？

皆様の参加をお待ちしてます！



☆楽ッキング☆



日時：8月21日(日) 10：00～12：00

場所：栄区生活支援センターホール

参加費：300円

メニュー：簡単冷やし中華

料理が得意であっても、そうでなくても、

皆さんで楽しく暮らしを支える一品を

作りましょう！