

栄区生活支援センター

平成23年
9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

暑さも一段落し、夏の疲れが残りがちです。体調を崩さずに乗り越えていきましょう!

EVENT SCHEDULE

- ・ 4日(日)…誕生会
- ・ 9日(金)…昼食会
- ・ 11日(日)…SAKAEピア
- ・ 12日(月)…**休館日**
- ・ 14日(水)…こころの個別相談
- ・ 17日(土)…利用者ミーティング
- ” (”)…自アシ説明会
- ・ 18日(日)…楽ッキング
- ・ 19日(月)…卓球大会
- ・ 24日(土)…ひだまり
- ” (”)…SST講座
- ・ 25日(日)…グループカウンセリング
- ・ 28日(水)…カウンセラー相談



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…9月15日(木) 16:30~

越智 祥太 先生…9月17日(土) 18:15~

都甲 崇 先生…9月28日(水) 16:30~

相談ご希望の方は

予約が必要です



職員による個別相談

9月14日(水) 14:30~16:30

カウンセラーによる個別相談

9月28日(水) 14:30~16:30

毛利さんの電話相談

9月14日・28日(水) 14:30~17:00

特に予約は要りません

卓球大会



栄区生活支援センターでは今年もダブルス卓球大会を開催します。改めて、卓球というスポーツを通じて日頃運動にいきそむ方も、運動らしい運動はしていないという方も、一緒になって体を動かしながら交流する機会として卓球大会はあります。

心と体を共に働かせながら、是非よい交流の機会を作っていきましょう!

日時：9月19日(月) 14:30~受付開始

参加費：無料

場所：栄区生活支援センター卓球場

*卓球大会を一緒に作っていただける

実行委員さんも同時募集!

我こそはと思う方はスタッフまでお声掛け下さい!



SST講座

今月のSST講座は次の通り行われます。

日時：9月24日(土) 15:00~

参加費：無料

場所：栄区民活動センター会議室

テーマ：「会話を終える」

講師：片柳 光昭 氏

「会話を楽しむ」という気持ちでお気軽にご参加ください!



自立生活アシスタントとは?

栄区生活支援センターでは今年度から自立生活アシスタント事業(通称自アシ)が新しく始まりました。

自立生活アシスタントって何?どんな人がどんな時に利用できるの?と疑問に感じる方もいらっしゃると思います。

そこで“自アシ”についての説明会を企画しました。

ぜひご参加ください!

日時：9月17日(土) 16:00~17:00

場所：栄区生活支援センター集会室



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☆v

はっぴーの瞬間！

その瞬間…そして…

今、僕の頭の中は期待と不安でいっぱいです。それは頭部を手術しなくてはならないから。まだまだ元気で生きていきたいし、死にたくないからというのがホンネです。夜眠りに付くまでがコワイです。目を覚ますと、「ああ…生きてんだ…」と思います。

今、本当に本当にコワイのが麻酔をかけられるその瞬間です。自分はその時なにを想っているのだろうかと考えています。走馬灯のようにあれこれとよぎるのが、それとも生きても死んでもありがとうという気持ちでいっぱいなのか。もしくは、さすがにしく目覚めるためにも明るいことや好きな人のことを目に浮かべるのか。当日のその瞬間が来るまで 分からないことが実は楽しみだったりして…。早く入院の日が来て早く退院の日が来て、皆さんに再び会える日を…
それではまた…

平成 23 年 8 月 20 日 八住 泰海

月刊「RIYOMI」



今回利用者ミーティングでは、いくつかセンターでのマナーに関する議題が出ました。

- ① 「ホールでつばをはく人がいる。」→問題外の行為、目に付いた場合スタッフからも注意します。
- ② 「ホールで大きな声で下ネタを話す人がいる。」→場所をわきまえ、相手や周囲の人に不快な感情を与えないよう話すのがマナーであると大半の利用者は認識していました。もしも不快な場合は本人にきちんと伝えましょう。
- ③ 「いまだにホールで携帯の充電をしている人がいる」→禁止と知らない人もいるかもしれないので、コンセントに「充電禁止」のテロップを貼る。携帯に限らず私物を持ち込んでの電源使用は原則禁止です。
- ④ 相変わらずコップの置きっぱなし → 自分かもしれないと自己申告の人あり。つい忘れてしまうので置きっ放しだよと言って欲しい、気をつけますとの事です。
- ⑤ 受付前で長時間話をしたりじっと動かない人がいる。」→行き過ぎて苦情に発展するまえにマナーを守って下さい。
- ⑥ 事務所前で話していて他人に聞かれるといやな顔をする人がいる」→聞かれて困る話は相談室で話しましょう。

次回は 9 月 17 日 (土) 14 : 30 ~

平成23年度 納涼会を振り返って…



7月29日(金)に納涼会が行なわれ、120名以上の方が参加されました。

今回は実行委員会の皆様をはじめとして、参加者の皆様が“盛り上げよう”、“いい会にしよう”という気持ちがこもった納涼会になりました。出し物のハンドベルや合唱では会場の皆様と一緒に盛り上がり一体感が生まれました。また盆踊りでは事前に実行委員のみなさんが炭坑節、東京音頭を練習した努力が実り参加者の皆さんに楽しんでいただきました。そして抽選会では、関係方面から様々な品物を沢山ご寄付いただき景品としてお配りすることができました。



みんなでハンドベル!!



上手に踊れましたよ!

このように様々ご協力をいただき素晴らしい納涼会が実施実施できましたことを改めてお礼申し上げます。

来年度は今回の結果を活かし、より素晴らしい納涼会にしていきたいと思います。



ご協力ありがとうございました!

昼食会

栄の昼食会は、栄区生活支援センター利用者の方々だけの昼食会ではありません。
登録をしていなくてもだれでも参加できます。舞岡病院からも多数参加しています。
支援センターに関心のある方はお気軽にお申し込みください。
ボランティアの方々の作ってくれるお食事は格別です。
せっかくの機会なのでみんなで食事をしながら交流を深めてみませんか？

日時：9月9日(金) 12:00～ 場所：栄区生活支援センター食堂

参加費：300円

メニュー：カツカレー、グリーンサラダ、スープ、くだもの

昼食を食べた後、参加された皆さんで交流を深められる機会を設けています。

コミュニケーションをとって、お腹と共に心も満腹にしましょう！

*申し込みは前日 12:00 まで



☆誕生会☆

日時：9月4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。



☆SAKAEピア☆

日時：9月11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。

☆楽ッキング☆



日時：9月18日(日) 10:30～12:30

場所：栄区生活支援センターホール

参加費：300円

メニュー：秋の味覚の炊き込みご飯

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！

☆ひだまり☆



日時：9月24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：小山台小学校はまっ子スクールの子供たちと

一緒にペットボトルアートを楽しもう！！

昼食メニュー：コロッケ、ごはん、みそ汁、月見だんご

☆支援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、喫茶をお手伝いしていただける方も大募集！！

関心のある方はスタッフまでお申し出ください。

☆グループカウンセリング☆

日時：9月25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

いろんな話し合いをします。

あなたの意外な一面が垣間見えるかも？

皆様の参加をお待ちしています！

