



栄区生活支援センター

平成24年
1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



新年のご挨拶



横浜市栄区生活支援センター 所長 鈴木 将之

新年のご挨拶を申し上げます。

時が経つのは早いもので、私が昨年1月1日付けで当センターに参りまして1年が経過いたしました。

まさに、光陰矢のごとしはこのことかと実感しております。

日頃、ご利用者の皆様、ボランティアの皆様、行政並びに関係機関・団体の皆様には一方ならぬご理解とご協力をいただき事業も順調に進展してまいりました。ここに深く感謝申し上げますとともに衷心よりお礼申し上げます。

とりわけ、ご利用者の皆様にはセンター行事に対して一方ならぬご協力いただきました。イベントの実行委員、調理補助、夕食時の配膳の手伝い、来館者の案内等々、日々のセンター業務の中での多方面にわたるご協力本当にありがとうございました。中でも特筆すべきことは、酷暑の中行われたソフトボール大会において優勝を飾った事です。これは、まさにご利用者の皆様と職員が一丸となって勝ちとった結果だと思えます。

今年は、従来の生活支援センター業務に加え昨年度から新たに始まった「自立生活アシスタント事業」「地域移行・地域定着支援事業」を積極的に進めるとともに地域の皆様との連携を強化し生活支援センターの使命をより多くの方々にご理解頂くよう努めてまいります。

また、ご利用者の皆様には昨年同様のご協力を切にお願い申し上げます。

終わりにあたり昨年は、東日本大震災、福島原子力発電所の放射能漏れによる未曾有の被害に多くの皆様も現在も辛い悲しいそして苦しい毎日を過ごしておられます。残念ながら、こうした状況はまだまだ続くものと思いますが、今年は少しでも明るく希望が持てる一年になる事を祈念して年頭のご挨拶とさせていただきます。

EVENT SCHEDULE

- ・ 1日 (日) … *初詣
- ・ 8日 (日) … SAKAE ピア
- ・ 10日 (火) … 休館日
- ・ 11日 (水) … 職員による個別相談
- ・ 13日 (金) … 昼食会
- ・ 14日 (土) … 利用者ミーティング
- ・ 15日 (日) … 誕生会
- ・ 16日 (月) … 水彩ハガキ絵教室
- ・ 21日 (土) … SST 講座
- ・ 22日 (日) … 楽ッキング
- ・ 25日 (水) … カウンセラー相談
- ・ 28日 (土) … ひだまり

お問い合わせ・申込等の電話は

045 (896) 0479

をご利用ください。

***初詣の詳細についてはスタッフ
までお問い合わせください。**

栄の相談日



嘱託医相談

都甲 崇 先生…1月 11日 (水) 16:30~

小西 潤 先生…1月 19日 (木) 15:00~

越智 翔太 先生…1月 21日 (土) 18:15~

職員による個別相談

1月11日 (水) 14:30~16:30

カウンセラーによる個別相談

1月25日 (水) 14:30~16:30

毛利さんの電話相談

1月11日・25日(水) 14:30~17:00

相談ご希望の方は
予約が必要です

特に予約は要りません



ちっぴのヨヨが のボヤーン!

「7年目の真実 ～闇の中から光の最先端へ～」

僕はこの病気になって7年になる。家族がバラバラにならなければ、この病気にも
ならなかったと思う。が反面、この病気にならなかつたら、僕を支えてくださる人も出会うこともなく、ここまで感情豊かには
ならなかったと思う。複雑な思いである。ここ数年、僕を悩ませていることのひとつに、母の友人からの母宛の年賀状である。友
人たちは母が亡くなったことを知らないのである。つらいけど、友人たちに7年の歳月を経て、お手紙を書いた。
その理由には母のことをいつも思うてくださることが挙げられる。母に、友人に、そして自分に、それぞれにけじめをつける手紙
であった。この思いが届き、明るい未来につながれば幸いである。

平成23年12月23日 八住 泰海

出会いと別れの交差点

こんにちは！栄には4年3カ月いましたがもっと長く
いたような感じがします。時の流れって早いですよね。
自立支援員として外に出ることも多く、色々な人と会うこ
とができました。皆さんと離れてしまうのは寂しいです
が、また遊びに来ますので、その時はよろしく願いしま
す。今まで、たくさんの愛をありがとうございました。

屋良 順子

こんにちは！東海大学4年の石渡翠と申します。10月から
お世話になっているので、顔見知りの方もいると思いま
すが、改めましてよろしくお願いします。三浦市の自然いっぱい
の中で育ったので、のんびりした性格で海と魚(特にまぐろ)
が大好きです！趣味はダンスと映画鑑賞(邦画)なので、
オススメがありましたら是非教えて下さい☆
今後もよろしくお願いします。

石渡 翠

月刊RIYOMI

今回の利用者ミーティングは「つぶやきBox」より、正月の
夕食サービスのメニューについてリクエストが多く入っており、
おせち料理の話からスタートいたしました。早速1月のメニュー
に反映させたいと思います。

さて、ほかに議題にあがりましたのは、主に施設内を利用する
にあたってのマナーについて。私物をテーブルに長い時間放置す
ることや、たばこや飲み物を喫煙室に置いたままにしておくこと
など、「困っているんだ」といった意見がありました。みんなが気
持ちよく過ごせる空間づくりは、ひとり一人の小さな気遣いと行
動力が大切ですね。慣れてしまうと見過ごしがちな大切なこと見
つけてみましょう。

ほか、バスハイクで都内ツアーに行きたい！洗濯サービスの順
番を名前前で表出来たらいいんじゃないか！職員にもっとホールで
過ごしてもらいたい！など、センター内をより良くしていこうと
いう気持ちのこもった意見がたくさんありました。

次回の利用者ミーティングは1月14日(土) 14:30~です。

クリスマス会を振り返って...

昨年の12月13日に平成23年度のクリスマス会を行いました。今回のクリスマス会は、各職員の手やボランテ
ィアの方々・音楽療法の先生のをうまく活かしながらメンバーひとりひとりが会場の雰囲気を作り、皆さんの力で
皆さんのクリスマス会を作り上げる事が出来たように思えます。

もちろん参加する方全員が声をだしたり音頭をとる訳では
ありません。しかし気持ちをその場の空気に乗せる事で
同じように雰囲気を作り上げているのです。

決して大げさでも派手でもなく、会場にいるひとりひとりが
実感できるそんな雰囲気が大切であると感じました。
また実行委員さんを中心とする準備の過程が軸になった
事は間違いありません。皆さんお疲れさまでした☆



マンドリンクラブの演奏



みんなで歌って楽しみました!



メンバーさんも熱唱!!



実行委員会の皆様お疲れ様でした!



☆水彩はがき絵教室☆

今月の水彩はがき絵教室は「豆まきの様子」と「バラの絵」を書きます。

先生に教わりながら進めていきますので、絵が苦手な方も楽しくはがきを作れますよ！

みんな一緒に作っても、不思議とそれぞれの個性が出た作品ができるんです！

自分だけの作品を作りませんか？

日 時：1月16日（月） 10：30～

場 所：栄区生活支援センターホール

参加費：無料



☆誕生会☆

日 時：1月15日（日） 14：30～

場 所：栄区生活支援センターホール

参加費：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：1月8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：1月28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：マジック・紙芝居・抹茶コーナー

昼食メニュー：かき揚げうどん・おしるこ

☆支援センターでは喫茶を開いており、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。

ひだまりも先月で早9周年を迎えることができました。

来年は10周年。皆さんと共にどのようにこの門出をくぐっていただけるでしょうか。



☆楽ッキング☆

日 時：1月22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：お雑煮

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年明け一緒に作りましょう！

参加希望の方は 10：30 までにホールに来て下さい。



☆昼食会☆

日 時：1月13日（金） 12：00～15：00

場 所：栄区生活支援センターホール

参加費：300円

献 立：カレー・新春サラダ・ババロア

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。

お互いにコミュニケーションを取って心も体も満たしましょう。

※申し込みは前日 12：00 まで



☆SST講座☆

テーマ：「口論せず、同意をしないで会話を終える」

日 時：1月21日（土） 15：00～16：30

場 所：本郷地区センター

参加費：無料

講 師：片柳 光昭氏

自分の気持ちを伝える、相手の話を気持ちよく聞く、上手に返す、そんなスキルと一緒に学びませんか？

