

栄区生活支援センター

平成25年

7月号

梅雨が明けいよいよ夏本番になりますね！じめじめ梅雨も終わり、天気も心もカラッと晴天でいきましょう！

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



7月イベントスケジュール表

Sunday	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
	1 	2	3	4	5 ソフトボール練習 13:00~	6 利用者 ミーティング 14:30~
7 誕生会 14:30~	8 休館日	9 嘱託医相談 加藤 大慈 Dr 16:40~ 水彩はがき絵教室 10:30~	10 嘱託医相談 都甲 崇 Dr 16:30~ 毛利さん相談電話 14:30~	11	12 昼食会 12:00~	13 姫集まれ~! 14:30~
14 SAKAE ピア 14:30~	15 海の日 昼カラオケ 15:00~ 	16	17	18	19	20 嘱託医相談 越智 祥太 Dr 18:15~
21 楽ッキング 10:30~	22	23	24 カウンセラー相談 14:30~ 毛利さん相談電話 14:30~	25	26 納涼会 17:00~	27 ひだまり 10:00~ SST 講座 15:00~
28 グループ カウンセリング 15:00~	29	30	31 ソフトボール練習 13:00~ 			

*イベント・嘱託医相談・カウンセラー相談のお問い合わせ・申込等の電話は **045(896)0479** をご利用ください。

*嘱託医相談、カウンセラー相談は事前予約が必要です。

*13:30~14:30までは職員申し送り中ですので、相談電話・窓口対応は行っておりません。ご了承下さい。

納涼会 2013

今年もこの季節がやってきました！

栄区生活支援センターの年間行事でも大イベントの1つです。

今年も熱い納涼会にしていきましょう！

日時：平成25年7月26日(金) 17:00~

場所：栄区生活支援センターホール

連絡先：045-896-0479

納涼会実行委員大募集！

納涼会の企画・運営のお手伝いしていただける方大募集！一緒に会を作りあげる達成感を味わいませんか？

姫の会

姫の皆様ー！

今回はわらびもちを作ってお茶会をします♪

姫同士で楽しいひとときを過ごしましょう♪

日時：平成25年7月13日(土) 14:30~16:30

場所：栄区生活支援センターホール

参加費：200円

申込み締め切りは7月11日(木) 12:00までです。

お買い物などお手伝いして下さる方はスタッフまでお声掛け下さい。よろしくお祈いします♪

～ 土屋職員 ～

栄区生活支援センターには8年8ヶ月お世話になりました。皆様のお陰でたくさんのことを学ばせていただき、感謝の気持ちでいっぱいです。利用者の皆さん、地域の方々、関係機関の職員の方、本当にありがとうございました。

私が栄区生活支援センターに異動になった2004年の頃、市内にはまだ生活支援センターが4ヵ所しかありませんでした。社会資源も多いとは言えず、こころの病に対する理解も今よりずっと得られていない状況でした。栄区の中でも生活支援センターに対する認知度が低く、地域の方々は何論、関係機関にも周知されていませんでした。栄区生活支援センターを知っていただくためにはどうしたらいいか？！…と、それからずっとその課題に取り組んできたように思います。今月に入って民生委員さんやボランティアさんがセンター見学に来られる機会が重なり、6月は50名近い民生委員さんが来館されました。民生委員の方々が生支援センターに関心を持ち、センターの機能に熱心に耳を傾けてくださる様子を感じられ、生活支援センターが今後ますます地域から求められる機関になっていくと感じました。

そんな中で栄区を離れるのは少々寂しい気持ちもありますが、7月からは南区生活支援センターに勤務し、同じ生活支援センターの仕事を続けて参りますので、今後ともどうぞよろしくお願ひいたします。

～ 佐藤職員 ～



去年の暮れに栄区生活支援センターに来ました。振り返れば色々なドラマがありました。沢山笑い、沢山怒られ、沢山考えました。利用者の皆様、そしてスタッフの方々も含め素晴らしい仲間たちと出会えた事は、私の何よりの貴重な財産です。この度は私事の都合で栄区生活支援センターを去る事になりましたが、今後ともセンターを宜しくお願ひいたします。そして何より利用者の方々への更なる幸せを横浜の何処かでお祈りしています。沢山の笑顔で……。

～ 小倉職員 ～

6月から栄区生活支援センターに来ました
小倉美賀子です。

当初は不安と緊張でいっぱいでしたが、少しずつセンターにいらっしゃる皆様とお話できるようになり、嬉しく思っています。

1日でも早く皆さんの顔と名前を一致させたいです。



ピア活動NOW

栄区生活支援センターで月に1回実施している昼食会。その昼食会では、皆さんで昼食を食べた後、参加者の親睦を深める交流会として、卓球、カラオケ、懇談など行っています。6月の昼食会は司会・進行をお手伝いしていただけるメンバーさんが多く参加していただくことができたため、いつもの会より盛り上がったように感じました。参加者の前に出て司会をする役割、ゲームの盛り上げ役を行う役割、また食器等の洗い物をする役割等、メンバーさんの適性にに応じて分担していただきました。楽しい会にしようとメンバーさんも一生懸命取り組んでいただき、参加者の皆さんもその熱意に笑顔で答え、会場は心地よい雰囲気につつまれました。メンバーの方々が主役となってレクリエーションを運営し、参加者の皆さんと同じ立場で“皆さんに楽しんでいただきたい”“一緒に楽しみたい”という気持ちが生まれたとき、ピア(仲間)になれるのだと思います。

お手伝いいただいたメンバーの方々、お疲れさまでした。

また一緒に楽しい時間を過ごしましょうね！

月刊FURIYOMI

今月の利用者ミーティングでは、主に①「センターの利用の仕方」

②「卓球」についての意見が挙がりました。

①については、「喫煙所や男子トイレのドアをきちんと閉めて欲しい」、「体調の良い人は配膳の準備をして欲しい」との声があり、再度お互い声を掛け合いながら気をつけていくこととなりました。

②については、「卓球の団体戦がやりたい」「卓球のラバーを取り替えて欲しい」「初心者向けの卓球教室を開いて欲しい」などの要望が挙がりました。ラケットに関しては、古くなったものも多くありましたので、新しく購入する予定です。団体戦と卓球教室に関しましては、センターだけではすぐに出来ない部分もありますので、今後に向けて検討していきたいと思ひます。

次回の利用者ミーティングは7月6日(土) 14:30～



イベント情報

☆水彩はがき絵教室☆



日時：7月9日(火) 10:30~12:00

場所：栄区生活支援センターホール

参加費：100円

3か月に1度のスペシャル企画!

先生に教わりながら楽しくはがきを作ってみませんか?

今月は「紫玉ねぎ」、「ペンぎん」を書きますよ!

たくさんのご参加お待ちしております♪

☆グループカウンセリング☆



日時：7月28日(日) 14:30~16:00

場所：栄区生活支援センターホール

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意外な一面が垣間見えるかも?

☆誕生日会☆



日時：7月7日(日) 14:30~15:30

場所：栄区生活支援センターホール

参加費：100円

楽しく誕生日を祝う誕生日会に参加しませんか?

おいしいお菓子も用意しています。

誕生月の方は無料で参加できますよ♪

カラオケ伴奏なしとその他の出し物は7月2日
までです。

☆昼食会☆



日時：7月12日(金) 12:00~14:30

場所：栄区生活支援センターホール

参加費：300円

献立：鶏のから揚げ、マカロニサラダ、水ようかん

申込み期限は前日の7月11日(木) 12:00まで。

それ以降のキャンセルはキャンセル料として

100円いただきます。

☆楽ッキング☆

日時：7月21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：簡単パエリア

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。

参加希望の方は10:30までにホールに集って下さい。



☆ひだまり☆



日時：7月27日(土) 10:00~15:00

場所：栄区生活支援センター集会室

内容：浴衣の着付け

昼食メニュー：いなり寿司、つくね煮、かき玉汁

☆支援センターではボランティアさんと利用者さんを

中心に「ひだまり喫茶」を開いています。コーヒー、

紅茶、アイスクリーム等のメニューを用意しています。

喫茶をお手伝いしていただける方大募集!!

関心のある方はスタッフまでお申し出ください。

☆SST講座☆

日時：7月27日(土) 15:00~16:30

場所：本郷地区センター1階会議室

講師：高橋友美先生

テーマ：「相手の話しに耳を傾ける」

人とのコミュニケーションに困っている方いませんか?

生活で困ってしまった場面を上手に切り抜けて、

ストレスのかからない日々を送りましょう。



☆SAKAEピア☆

日時：7月14日(日) 14:30~16:00

場所：栄区生活支援センター集会室

参加費：無料

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。

みなさん心地よい空間を共有しましょう。

