

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

住所： 〒247-0007 横浜市栄区小菅ヶ谷3-32-12 2F 相談電話：045(896)0483 受付問い合わせ：045(896)0479

### Event Schedule

### Sweet November

<b>1日(土) 区民まつり</b>	<b>16日(日) 星カラ</b>
<b>2日(日) 誕生会</b>	<b>22日(土) ひだまり</b>
<b>8日(土) 利用者ミーティング</b>	<b>23日(日) グループカウンセリング</b>
<b>10日(月) 休館日</b>	<b>24日(月) 星カラ</b>
<b>14日(金) 昼食会</b>	<b>26日(水) コミュニケーション講座</b>



### 栄の相談日

お問い合わせ・イベント・嘱託医相談・カウンセラー相談等のお申込み  
☎045(896)0479 までお問い合わせください!!

嘱託医相談	11月4日 (火) 15時00分～	吉見先生	相談のご希望の方は、事前予約が必要です。毎月1日より受付を開始いたします。
	11月12日 (水) 16時30分～	都甲先生	
	11月15日 (土) 18時15分～	越智先生	
カウンセラー個別相談	11月26日 (水) 14時30分～	吉田 カウンセラー	
毛利さんの電話相談	11月12日 (水) 14時30分～17時 11月26日 (水)	毛利 カウンセラー	予約の必要は要りません
職員による電話相談	毎日9時～20時45分 13時30分～14時30分及び 休館日は除く	当日出勤職員	1日1回15分以内です 職員の指名及び 交代はできません
職員による相談面談	毎日9時～20時30分 13時30分～14時30分及び 休館日は除く	当日出勤職員	日時の事前予約はできません 職員の指名はできません

### 第15回 栄区民まつり

センターからは「たこ焼き」「フランクフルト」を販売します!

日時：11月1日(土) 10:00～15:00

場所：本郷中学校校庭



☆当日お手伝いしてくださる方大募集中です!! 受付でお申し出下さい。

### 祝! フレンドシップ杯 準優勝!

10月10日第21回フレンドシップ杯ソフトボール大会が行われました。  
選手のみなさんの活躍、チームワークのおかげで栄区生活支援センターが準優勝しました!  
応援の方々も沢山参加され、大きな声援ありがとうございました☆  
当日の写真をホールに掲示してあります。是非ご覧ください。



このコーナー、毎月の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。お楽しみください☆☆☆

やっちゃんの

ココがポイント!!!

## 間で揺れてるやっちゃん

寒暖の差が激しい今日であるが、もうこれ以上は病気にはかかりたくない僕である。今年はノロにインフルに副鼻腔炎と大当たりだったからだ。体力は年々減ってはいるけど、なんとかパワーアップしてよいリズムの波に乗りたい。よりマシな自分になりたいという思いが積み重なったのと最も信頼する人からの掛け声が僕の欲望に火をつけマジになった。その結果、4年間、週2で通所していた作業所にも週5も行けるようになった。ありがたいことである。自分の意思もあるが、やはり人の心は人の心でしか変えられないのだろうか。人は一人では生きては行けない。でも、それは弱みではない。みんなといっしょに生きて行くことができるという強みがある。

平成26年10月22日 p.m.4:15 八住泰海

## 雪のポエム

夏の暑さにも  
冬の寒さにも  
きつと負けない  
あなたが居れば

雪

はさて鏡の向こうの本物？



あの鏡にうつった光を  
僕の心の鏡は反射して

【募集】  
あなたのひらめき・想い・伝えたいことが  
ありましたら言葉にして表現してみませんか・

## 月刊RIYOMI

今月の利用者ミーティングでは、主にセンターの利用の仕方について話し合われました。

ひとつめはつぶやきBOXより、夕食代の支払い方について議題があがり、皆さんからは、前払い制やチケット制などの意見ができました。

このことに関しましては、スタッフ間で必要性を検討して、皆さんに結果をお伝えしたいと思います。

ふたつめは、センターで携帯の充電ができるかについてです。センターは、公共施設ですので、充電はできません。自宅で準備をしてきて下さいね♪

次の利用者ミーティングは、11月8日です。

## クリスマス会

だんだん寒さが厳しくなってきましたね！

12月にはクリスマス会があります

♪  
運営や企画をしてみたい方募集中☆

みんなで思い出に残るクリスマス会を作りましょう！

クリスマス会と実行委員会の日時は追ってお知らせします。

# イベント情報

## 誕生日会

日時 : 11月2日(日)  
14:30~15:30  
場所 : センターホール  
費用 : 100円

締切は当日12時まで  
誕生日の方のお祝いをします。  
皆さんで歌ったり、演奏を聴いたり  
楽しい時間を過ごしましょう。  
11月生まれの方は無料です。



## ひだまり

日時 : 11月22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 : AM コーラス  
PM ミニリース作り  
昼食 : 12周年カレー ババロア  
メンバーさんと喫茶営業中です。  
お手伝いの方大募集!



## グループカウンセリング

日時 : 11月23日(日)  
14:30~16:00  
場所 : センター集会室  
費用 : 無料

藤木先生、メンバーと話し合いをします。  
語りあいの輪を通して新たな気づきを見つけてみませんか?



## 昼食会

日時 : 11月14日(金)  
12:00~14:00  
場所 : センターホール  
費用 : 300円  
メニュー : 焼きうどん・お吸い物  
季節の副菜・デザート

締切は前日12時まで  
おいしいランチを食べ和やかな  
ひとときを一緒に過ごしませんか。



## コミュニケーション講座

日時 : 11月26日(水)  
15:30~16:30  
場所 : 本郷地区センター2階  
費用 : 無料  
テーマ 「自己開示の仕方」  
「会話をスムーズに終える」

コミュニケーションの練習を一緒にしてみましょう。



## 昼カラ♪

日時 : 11月16日(日)  
11月24日(月祝)  
15:00~17:00  
場所 : センターホール  
費用 : 無料

さー! わいわいがやがや大声だして  
歌いませー!!  
沢山の参加お待ちしております♪



## センターイベントのお誘い!!

今年も、残り2か月になりました。センターでは、様々なイベントを開催しています。さー今年のもつめとして...?! 気になるイベントがありましたら是非参加しませんかぁ。!(^\_^)!

