



平成26年

# 区生活支援センター

# 12月号

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

## Merry Christmas !!!

6日(土)利用者ミーティング

20日(土)クリスマス会

7日(日)誕生会

21日(日)グループカウンセリング

8日(月)休館日

24日(水)コミュニケーション講座

14日(日)昼カラ

27日(土)ひだまり



31日(水)年忘れ紅白歌合戦



## 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	12月2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。	
	12月17日 (水)	16時30分～	都甲先生		
	12月20日 (土)	18時15分～	越智先生		
カウンセラー個別相談	12月24日 (水)	14時30分～	吉田 カウンセラー		
毛利さんの電話相談	12月10日 (水)	14時30分～17時	毛利 カウンセラー		予約の必要は要りません
	12月24日 (水)				
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	

## 2014年、恒例クリスマス会☆盛大に開催しますよ～!!



日時: 12月20日(土) 12:00～15:00

今年も美味しいランチと楽しいプログラムを考え中です!

会費: 500円

申込み期間: 12月1日～12月13日

窓口受付・先着順(お電話での申し込みは出来ません) 定員になり次第、締め切らせていただきます。

栄区生活支援センターでは...

年末年始も通常開館。大晦日は、NHKには負けないぞ! 栄センター「紅白歌合戦」などなど..楽しいイベントを開催! センターで、年末年始を過ごしませんか?

【AM9:00～PM9:00まで開館】

# さかえ情報館



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ものです。お楽しみください☆☆☆

やっちゃんの

ココがポイント！！

## やっちゃんスタイル

今年の残すところ1ヶ月ちよいである。ベートーヴェンの『第九』を聴き、イヴには祖母に会うことが今月のスケジュールである。

今年は内科にかかることが多い年であった。でも悪いことばかりでもなかった。引越は自分の人生の中でも大きなイベントであったかもしれない。今までにないほどの友人との交流もあった。作業所への通所日数が増えたのも今年で、今年はいろんな意味で記録更新の年であった。年々、人生経験値は増えているのかもしれないけど、勤で働くことも増えているけども、それがその場に相応しい行動であったのかは分からない。そもそも「正しい」とは何なのか。そして柔軟性とは何なのか。また、構えのない構えでは生きていけないのか。ああ、謎である。

平成26年11月23日 p.m.6:33 八住泰海

## 雪のポエム

貴 秋  
に方 冬  
ぎの の  
り手身 寒  
しの が ざ  
め手 凍 に  
る え  
の

雪

## 障害者週間チラシ配り募集

12月3日～12月9日は障害者週間です。  
みなさんが生活しやすい社会を目指して、障害者週間について広く地域の方々に知って頂けたらと思います。  
職員と一緒にチラシとティッシュを配布して頂ける方大募集します！  
受付にてスタッフにお声掛け下さい☆  
当日は駅前でバザーもあります。

日時：12月5日（金） 本郷台駅前  
9:30～  
配布終了次第、自由解散



## 月刊RIYOMI

11月の利用者ミーティングでは、主に①センター利用の仕方②卓球大会について話し合われました。

### ①の議題

「事務所の前で相談をされていると、用事があっても声が掛けづらい」  
→職員の体制など状況によってはありますが、基本的には、相談は相談室でゆっくりお聞きしたいと思います。また、相談電話もお受けしておりますので、受付前の長時間の利用はやめましょう。

### ②の議題

「卓球大会について」

→卓球大会の日時や内容は追ってお知らせしたいと思います。ダブルスは行う予定です☆

次回の利用者ミーティングは、12月6日です。

## お知らせ・募集

みなさん、センターの廊下に伝言ボードが設置してあるのはご存知ですか？  
メンバー同士の交流や絵やポエム等の表現の場には是非活用してみてくださいネ♪

このページでは、みなさんの投稿を募集しています！  
あなたのひらめきや想いを言葉にしてみませんか？



# イベント情報

## 誕生会

日時 : 12月7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☆  
誕生月の方のお祝いをします。  
歌や演奏のプレゼントをしたり、お菓子を食べて皆さんで楽しい時間を過ごしましょう♪



## ひだまり

日時 : 12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 : AM お餅つき・小箱作り  
PM ビンゴ大会

昼食 : けんちん汁(餅入り)  
つきたてお餅

メンバーさんと喫茶営業中!  
地域の皆さんと今年の締めくくりをしませんか。



## グループカウンセリング

日時 : 12月21日(日)  
14:30~16:00

場所 : センター集会室  
費用 : 無料

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



## コミュニケーション講座

日時 : 12月24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 「メールやLINEで会話したら…」

毎日の生活に生かせるコミュニケーションを一緒に練習してみましょう。役立つヒントが見つかるかもしれませんよ。



## 银杏会合同企画 ボイストレーニング

日時 : 12月17日(水)  
13:30~15:00

場所 : センターホール  
費用 : 無料

みんなで楽しく歌を歌いませんか?  
歌が苦手な方も好きな方も大歓迎です!



## 昼カラ

日時 : 12月14日(日)  
15:00~17:00

場所 : センターホール  
費用 : 無料

あなたの十八番は何ですか?  
好きな歌を歌ってストレス発散!  
採点機能も付いてますよ~☆

