



区生活支援センター

平成28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： 〒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

今年1年が素敵な年になりますように☆

1日(金)映画鑑賞	12日(火)休館日
3日(日)初詣	16日(土)昼カラ
7日(木)昼カラ	23日(土)ひだまり
8日(金)昼食会	24日(日)グループカウンセリング
9日(土)利用者ミーティング	27日(水)コミュニケーション講座
10日(日)誕生会	



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	1月5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。
	1月16日 (土) 18時15分～	越智先生	
カウンセラー個別相談	1月13日 (水) 14時30分～ 1月27日	吉田 カウンセラー	
職員による電話相談	毎日10時～20時00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

新年のごあいさつ

新年あけましておめでとうございます。

昨年中は、栄区生活支援センターの運営に多大なるご支援、ご協力を賜り、誠にありがとうございました。2015年は、ラグビー日本代表の活躍、五郎丸選手のポーズなどで盛り上がりもあった一年でした。(余談ですが、ラグビー日本代表主将のリーチ・マイケル選手に偶然合いました。大きかった)

そして2016年は、さる年です。十二支9番目の動物である「さる」は山の神の使いと言われ、もともと器用で相手の気持ちに入り込む事に長けていた「さる」は山の賢者として信仰されていました。このような相手の気持ちに入り込む特徴を生かし、栄区生活支援センターは利用者の皆さんの気持ちを汲み取り、寄り添っていきたくと思います。

所長 牛尾 浩一

お正月のスケジュール

- 31日(木) 15:00～ 紅白歌合戦
- 1日(金) 15:00～ 映画鑑賞 内容は楽しみです☆
- 3日(日) 14:00～ 春日神社初詣



やっちゃんの

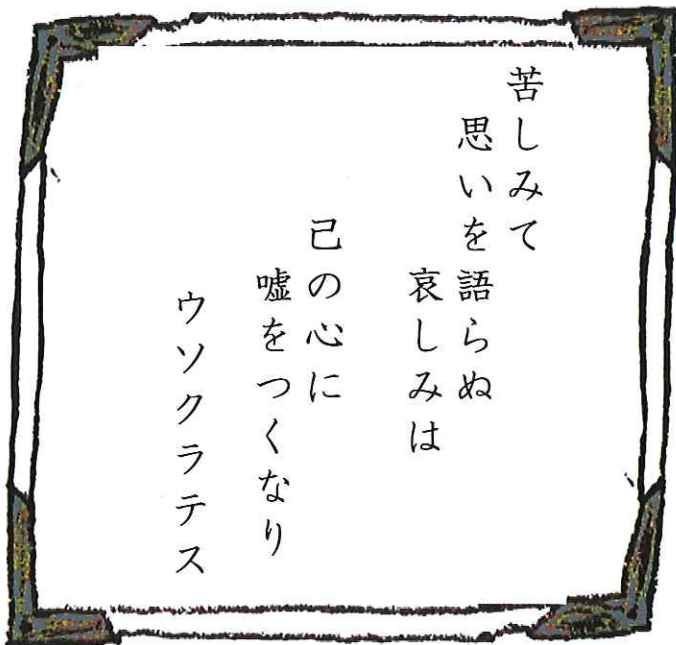
ココがポイント!!!

消滅と再生

昨日、大船に行った時のことである。散歩がてら懐かしい道を歩いていたら、青春時代を過ごした某大手予備校が更地になっていた。2015年は年明け早々の祖母の死にはじまり、それまで大切にしていたものが心から消失してしまう一年であった。まだ心の整理は完全にはついていない。しかし、いつまでもそのままではいけないと考えている。

2016年はその喪失感から学んだことをひとつひとつ形にして歩んで行きたい。とは言うものの、心の乱れは部屋の乱れ。まだ片付けきれていない。部屋の大掃除が心の大掃除である。早く区切りをつけて次のスタートを切りたいところである。

平成27年12月20日 am.11:53



自立生活アシスタント体験記No.6 『お約束ごと』

自立生活アシスタントのリーフレットにもあったかもしれないけれど、自アシさんと外出してかかった自分の諸経費は自己負担です。面談はほとんどが生活支援センターと稀に自宅が多かったけれど何回か外での話し合いになったことがあります。その場合自分の分のお茶代は当然自分で払いお茶しながらの話し合いでした。たまには外で自アシさんと話すのも新鮮でした。私の場合、公共交通機関を使つての自アシさんとの移動はなかったので交通費まではどうかかわらないけれど、自立アシスタントに限らず、使う福祉サービスによってそのあたりは負担の線引きが異なるのでサービスをスタートする時に聞いておくと良いかもしれないです。

ベンネーム M

月刊RIYOMI

12月の利用者ミーティングは、7名の参加者で行いました。今回つぶやきBOXと皆さんの意見から、主にイベントについて話し合いを行いました。

「ゲーム大会を行いたい」

→メンバーさんとスタッフ一緒に、ゲーム大会の企画をしたいと思っています。一緒に企画して下さい方大募集中です☆
楽しいゲーム大会にしましょう!

「屋カラは月2日必要か？」

→皆さんの要望から月2日の開催を試みたばかりなので、引き続き継続させていただきたいと思います。皆様のご参加お待ちしております♪

「楽ッキングの再開について」

→前向きに検討していきたいと思っています。



イベント情報



誕生日会



日時 : 1月10日(日)
14:30~15:30
場所 : センターホール
費用 : 100円
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♪
1月生まれの方は無料です*
要予約 当日12時まで

ひだまり



日時 : 1月23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 : お正月遊び
昼食 : かき揚げうどん・浅漬け
お汁粉
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 : 1月24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。
語り合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 : 1月8日(金)
12:00~14:00
場所 : センターホール
費用 : 300円
メニュー : かつ丼・汁物・白玉ぜんざい
年明け最初の昼食会は「新春紅白歌合
戦」をします! 紅白対抗戦で盛り上が
りましょう♪
要予約 前日12時まで

コミュニケーション講座

日時 : 1月27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 「コミュニケーションは生活にどの
ようなものがありますか?」
コミュニケーションの練習を一緒にしてみ
ませんか?

昼カラ



日時 : 1月7日(木)
1月16日(土)
15:00~17:00
場所 : センターホール
費用 : 無料

今年も好きな曲を熱唱しましょう!
昼カラは、毎月第1木曜日と第3土曜日で
す。