



栄区生活支援センター

平成28年

3 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

もう春ですね～



3日(木) 昼カラ	14日(月) 休館日
5日(土) ようこそ・であい広場	19日(土) 昼カラ
6日(日) 誕生会	23日(水) コミュニケーション講座
8日(火) 水彩ハガキ絵	26日(土) ひだまり
11日(金) 昼食会	27日(日) グループカウンセリング
13日(日) 利用者ミーティング	30・31日(水・木) 卓球大会

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	3月1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。 ※吉見先生の予約は前月の20日より 受付を開始いたします。
	3月19日 (土) 18時15分～	越智先生	
	4月5日 (火) 15時00分～	吉見先生	
カウンセラー個別相談	3月9日 (水) 14時30分～ 3月23日	吉田 カウンセラー	
職員による電話相談	毎日10時～20時 13時30分～14時30分及び 休館日は除く	当日出勤職員	
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す 職員の指名はできません

卓球大会のお知らせ

3月30日(水) 15:00～17:00 シングル大会予選

3月31日(木) 11:00～13:00 ダブルス大会

13:00～15:00 シングル大会本選

場所: 栄区スポーツセンター体育館A



出場選手募集中!!

毎年のことですが、みんなで一緒につくる卓球大会です。審判やコートづくり等、当日のご協力お願いいたします。
申し込み締め切り: 3/26(土) 17:00まで

ようこそであい広場

今年もいたちまつりに出店します!! 栄おなじみの、あげたこ焼きを販売します。
お手伝いして下さる方大募集中☆

日時: 3月5日(土) 10:00～14:00
場所: ピアハッピー栄(栄区福祉保健活動拠点)



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。お楽しみください☆☆☆

やっちゃんの

ココがポイント!!!

座敷わらしは好きですか!?

しあわせとはなにか。自分の手でつかめるものなのか。そもそも目に見えるのだろうか。脚を使えば探せるものなのか。それとも聞こえてくるのか。いつどこに現れるのかとんと見当がつかぬ。星なのか雲なのか、それすら分からない。

ココ最近、作業所の帰りに或る友人と鎌倉街道を歩く。蒔田・・・吉野町・・・阪東橋・・・伊勢佐木町・・・関内・・・桜木町。最初の頃はすぐ疲れてくれたんだけど、ようやくゆとりができてきて、今はこの散歩を楽しんでいる。体重も1、6kgほど減った。これからも日課にしたい。たそがれどきの僕の心身はアドレナリン全開!!

平成28年2月13日 P.m.7:11 八住 泰海

自立生活アシスタント体験記No.7 『生活保護申請』

そろそろ貯金が残りが少なくなって自アシさんと生活保護のご相談に行った。生活保護の申請について全く分からなかったので、保護課を訪れ現状を説明しに行った。すぐ受理という訳ではないので、まずは保護の申請が通るまで自アシさんとよく話し合い、確保しておかなくてはいけない支出の優先順位を決めた。(家賃→公共料金→食費・・・といったように)

何回か保護課にご相談に行ったけれど1人では皆目見当もつかないので同伴して頂いた。おかげで何をどう切り抜けて良いかわからない所から順序立てて保護申請することが出来た。

ペンネームM

色冴

朝げなり

ぬくもりおしい

寒さかな

月刊RIYOMI

2月の利用者ミーティングは6名の参加者で行いました。今回は、イベントのお知らせやつぶやきBoxの内容、職員からの議題、皆さんからでた議題について話し合いました。

☆つぶやきBoxの内容について

・利用者間のトラブルの対処法

→間に職員を入れるという意見が出ました。トラブルの対処に困ったときは職員にご相談ください。

・夕食を週3日にしたらどうか?

→毎日提供してほしいやA型センターのイメージなど意見が出ました。

今のところ夕食を減らすという明確な方向性にはなっておりません。

☆職員からの議題として、誕生日のあり方について話し合いました。

皆さんの持つ誕生日に対する思いなどが聴けました。来年度の誕生日会の開催をどんなふうにするかの参考にしたいと思います。

☆皆さんからの議題として、奥のテレビの音量が聞こえないという意見が出ました。

→空間的な問題で今のところ現状維持で行きます。

次回の利用者ミーティングは3月13日(日) 14:30~です。

イベント情報

誕生会



日時 : 3月6日 (日)
14:30~15:30
場所 : センターホール
費用 : 100円

誕生月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♪
3月生まれの方は無料です*

ひだまり



日時 : 3月26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 : 鈴木さんによる体操
昼食 : 赤飯、筑前煮、みそ汁、
よもぎ餅

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 : 3月27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



昼食会



日時 : 3月11日 (金)
12:00~14:00
場所 : センターホール
費用 : 300円

メニュー : ちらし寿司、牛乳寒天
おいしいランチと和やかなひと時を、
一緒に過ごしませんか?
交流会は話し合いです。

コミュニケーション講座

日時 : 3月23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

「今まで学んできたことのまとめです」

コミュニケーションの練習を一緒にしてみま

水彩はがき絵

日時 : 3月8日 (火)
10:30~12:00
場所 : センターホール
費用 : 無料



春になりました。爽やかな春の風を感じながら、一緒にハガキ絵を描きませんか?
たくさんのご参加をお待ちしています。

ゲーム大会を終えて...

2/21(日)に栄のセンターでは初の試みのゲーム大会を開催いたしました。今回は職員を含め、12名で行いました。実際に参加された方に感想を聞いてみました♪

☆ルール作りから、金貨の作成まで頑張りました。手伝ってくださった方ありがとう。

何よりある職員さんに負けたことが悔しいです! (N・Iさん)

☆予想よりスタッフの参加が多くて新鮮味があって楽しかった。(Iさん)

