

栄区生活支援センター 8月号

平成29年



発行：横浜市栄区生活支援センター <http://sakaekulac.life.coocan.jp>

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

日	月	火	水	木	金	土
		1 大山 Dr. 相談 13:30~	2	3 昼カラ 15:00~17:00 吉田 Cor. 相談 14:30~	4	5
6 誕生会 14:30~15:30	7	8	9	10 高石 Dr. 相談 15:00~	11	12 利用者 ミーティング 14:30~15:30
13 臨時館内清掃 (午前中)	14 休館日	15	16 さかえ会 10:00~12:00	17 吉田 Cor. 相談 14:30~	18 昼食会 12:00~14:00	19 昼カラ 15:00~17:00
20	21	22	23 WRAP 講座 15:30~17:00	24	25	26 ひだまり 10:00~14:00
27 グループ カウンセリング 14:30~16:00	28	29	30 岡田 Dr. 相談 18:00~	31		

電話相談：

毎日 10 時～20 時(1 日 1 回 15 分以内)

※13 時 30 分～14 時 30 分及び休館日は除く

※職員の指名・交代不可

面接相談：

毎日 9 時～20 時 30 分

※13 時 30 分～14 時 30 分及び休館日は除く

※日時の事前予約可、職員の指名不可

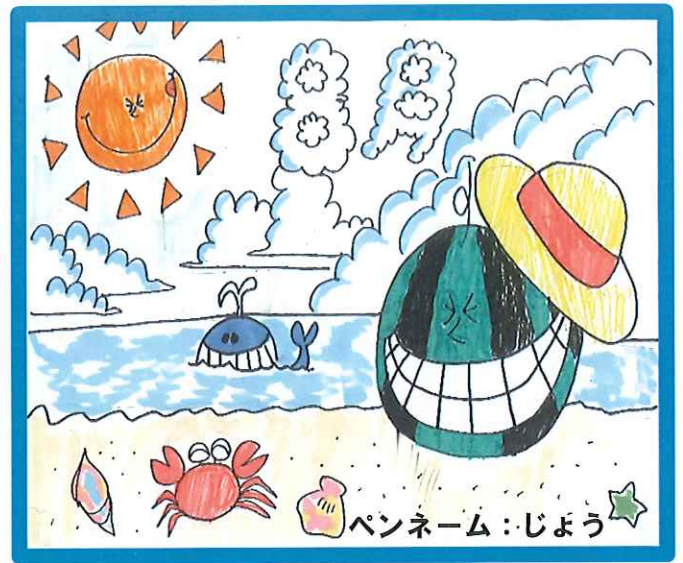
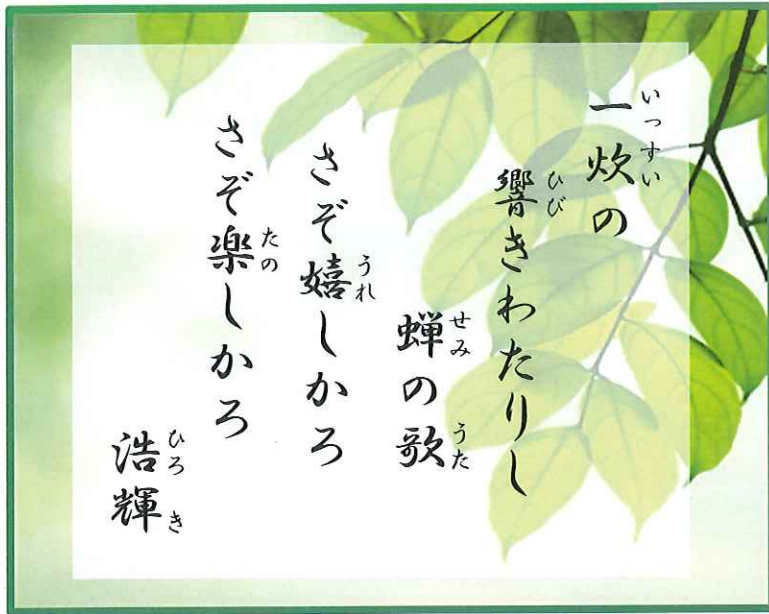

…イベントの時間中及び前後 30 分程度、卓球室の利用が出来ません。予めご了承ください。

…嘱託医・カウンセラー相談をご希望の方は、事前予約が必要です。前月 20 日より受付を開始いたします。

投稿コーナー



皆様からの投稿をご紹介します☆
(コラム、イラストなどジャンル問わず募集中♪)





ひとやすみ^{ooo}
ふたやすみ^{ooo}

より人間らしく生きる

7月2日に39になった。この日は都議選があり、緑色がクリーンに感じる日であった。将棋では藤井四段の連勝が29でストップした日でもあった。なんだかこの日は勝敗を決めることがいかにも重要に見えた。しかし僕は宇宙の中の地球を生きる一人間として考えることは生きるということは喜怒哀楽に一喜一憂するだけでなく、生老病死とどのように向かい合って生きていくことなのではないか。またAかBかの二者択一式の答えではなく“自分”とは相手がいて成長し合うのだと考える。

平成29年7月19日 p.m. 4:40 八住泰海



まだ暑い日が続きますね☺
毎日、滝の様な汗が流れています。部屋でも熱中症になりえますので、お気をつけて！
水分・塩分！

スタッフ N



～ソフトボール練習の様子～



2017.07.13

～消防訓練の様子～



2017.07.08

センターからのお知らせ

日時はスケジュール表にて
ご確認ください☆

誕生会 ※要予約 当日 11時まで

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♪
出し物をする方はお申し込みをお願いします。
【費用】…100円
(誕生月の方は無料)



昼食会 ※要予約 前日 12時まで

みんなで一緒にお昼を食べて
交流しましょう☆
メニュー…冷やし中華
交流会 …人間すごろく
【費用】…300円



みんなで囲んで食べるご飯はおいしいですね♪

WRAP講座 (第4回目)

【内容】マインドフルネス・WRAP
～引き金とそれに対する行動プラン～
※初めての方、「WRAPって何？」と思った方、
ぜひご参加ください♪途中入退室可！皆さんの
ご参加、お待ちしております◎



昼カラ

熱唱して
スッキリ！
楽しく歌い
ましょう♪



ソフトボール練習

8月はお休みです



【ソフトボール大会について】

日程：10月17日(火)

場所：産業振興センター

詳細：未定です

※予備日は11月14日(火)です

グループカウンセリング



様々なテーマについて語り合い、お互い
に感じたことを伝え合うことで、心が
通じ合う関係が出来るという体験をし
ます。お気軽にご参加ください☆

月刊RIYOMI

7月の利用者ミーティングは2名の参加者で
行いました。内容の一部をご紹介します

【スタッフより】

利用者同士で個人情報を出さないよう、
センターのルールを守ってご利用ください。

次回は8/12(土)14:30~です。

バスハイクなど、お声が上がったイベントについて
話し合う予定です。一緒に色々企画しましょう！
ご参加お待ちしております♪

世代交流サロン ひだまり

地域に暮らす方々と一緒に、楽しみましょう♪

【イベント】…ウィンドウズチャイム作り
(本郷台小のはまっ子による作品作り)

【昼食】…春巻き、中華スープ、浅漬け
(普通盛：250円、小盛：150円)

【おやつ】…杏仁豆腐 (50円)

ひだまり喫茶のお手伝いも

大募集！(10:00~14:30) →
ご興味のある方はお気軽に
スタッフまでお問合せください☆



←7月はつくね煮でした。
デザートはドーナツ♪