

# 保土ヶ谷区生活支援センター

## かるがもNEWS 266号

発行：横浜市保土ヶ谷区生活支援センター

住所：保土ヶ谷区川辺町5-11（かるがも4F）

電話：045（333）6111



FAX：045（340）2000

HP：<https://www.ysjk.jp/hodogaya/>

### メンバーミーティング

**開催日時：2月14日(金) 15:00～16:00**

#### 【テーマ】私の元気の秘訣

今回は「障害者権利条約批准週間一斉アクション」について話をしました。心の病気・障がいて何だろう、と区民に考えてもらうために、皆さんからご意見をいただきました。話し合ったことは生活支援センター集会室にポスターとして掲示しています。ぜひご覧ください。

テーマである「新年の抱負」ではたくさんの方から健康に過ごしたいというご希望が多く挙げられました。そのご希望を深めるために、今回は「私の元気の秘訣」をテーマに健康を保つために工夫していること、アイデア等を伺えたらと思います。今年皆さんが元気に健康で過ごせるための方法を共有して話し合えたらと考えています。

よろしく願います。



2月の休館日は  
2、9、16、23日  
です★



#### 医師相談(要予約)

本郷先生 2月3日(月)15:00～17:00  
田口先生 2月21日(金)15:00～17:00

#### お仕事相談(要予約)

西部就労支援センター 山田所長  
※希望が入り次第の日程調整となります。

#### 第三者委員

服部先生 2月12日(水)16:00～17:00

# 2月のイベント予定



## ナースお茶会



常盤台病院看護師  
杉山信男さんを囲んでお茶会を行います。



日時:2月10日(月)14:00~15:00

場所:支援センター食堂

テーマ:『体調管理~気温との付き合い方編~』

※参加費、ご予約は**不要**です。お気軽にご参加ください!

## パソコンサロン

日時:2月20日(木)14:00~16:00

場所:かるがも3階

定員:4名(先着順)

内容:インターネット、ワード、エクセル

パソコンサロンでは、ポスターや表などが作れます。初心者の方は、キーボードの打ち方からボランティアさんに教わる事ができますよ。見学も大歓迎です!

申し込みは**予約制**となっております。

2月1日(土)~当日まで、お電話またはセンター受付にて承ります。



### ※ イベント開催にあたって

- ・他の参加者と密にならないよう、間隔を空けてご参加ください。
- ・感染予防の観点から、イベント開催時などでフロアの利用人数が多くなる場合には、交代制など工夫もしながら、一度に利用できる人数の調整をさせていただく場合がございます。何卒ご了承ください。
- ・今月のイベントについて変更が生じた場合は、改めて告知させていただきます。

※ イベントは、利用登録された方のみご参加いただけます。あらかじめご了承ください。

# フラワーアレンジメント教室(生花教室)

日時:2月22日(土) 14:00~15:00

※今年度から、金曜日から土曜日の開催に変更になりました。

場所:食堂 定員:8名

参加費:550円

※申し込みは**予約制**となっております。

2月1日(土)~2月15日(土)まで、お電話または受付にて承ります。

※締切日以降のキャンセルにつきましては、  
返金できませんのでご了承ください。

※キャンセルされた場合でもお花は2月24日(月)まで  
お取り置きできます。

生けたお花はお持ち帰りいただけます!

(お花を持ち帰る用の袋をご持参いただくことをお勧めします)

皆さまのご参加、お待ちしております☆



## ☆初詣イベント☆



1/10(金)に近くの神明社へ皆様と一緒に歩いて行き、支援センターに戻ってからは栗ぜんざいを食べて体を温めました。

ご参加いただいた皆様、ありがとうございます!



## センターからのお知らせ

台風などの自然災害や公共交通機関の大きな乱れなどがあった場合、開館・閉館時間を変更する場合があります。

また、当日の状況によっては、やむをえず、夕食サービスの中止やセンターを休館とする場合もあります。その場合には、できる限り早めの判断をして皆様に告知いたします。ご理解とご協力のほど、よろしくお願いいたします。