

# 保土ヶ谷区生活支援センター

## かるがもNEWS 254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/>

### 第19回 かるがも杯 将棋大会

日時：3月2日（土） 10:00～16:00（受付9:30～10:00）

場所：かるがも館 2階 多目的ホール

参加費：昼食なし 200円（参加費）

昼食あり 700円（参加費+昼食費）

お申込み期間：2月3日（土）まで



※ご案内をお渡ししますので、ご予約は受付にて承ります。

※キャンセルについて、

2/19（月）～2/28（水）のキャンセル…どなたも200円のキャンセル料がかかります。

2/29（木）～当日のキャンセル…昼食なしの方は200円、昼食ありの方は700円のキャンセル料がかかります。

※新型コロナウイルスの感染状況により、開催が中止となる場合がございます。  
その場合、参加費は全額返金いたします。

将棋は、初級、中級、上級に分かれて戦います。  
将棋が得意な方、ご興味のある方はぜひご参加ください。  
お待ちしております！

2月の休館日は

4、11、

18、25日

です★

医師相談（要予約）

本郷先生 2月5日（月）15:00～17:00

田口先生 2月16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14日（水）16:00～17:00





# 2月のイベント予定



## メンバーミーティング

### 2月のメンバーミーティングはお休みです

前回のミーティングではみなさんからいただいた意見の中でSSTを行ってみたいという意見があり、お試して行ってみました。継続で行ってみたいというご意見がありましたら検討させていただきます。3月は皆さんからの意見も踏まえ、リカバリーストーリーを実際に話してみることを行います。話すのが苦手な方は見学だけでも結構です。来月もどうぞよろしくお願いたします。

## ナースお茶会

日時：2月12日(月)14:00~15:00

場所：生活支援センター フロア

テーマ：『デジタルデトックスについて考えてみましょう~♪』



今や生活に欠かせない『スマートフォン』でも、毎日使い続けることで、気づかないうちに脳が疲れ、不調をきたすことがあります。

スマートフォンを置いて、デジタル世界から一時的に距離を置き、脳の疲労回復を促す『デジタルデトックス』が良いとされています。

良い機会ですので、みなさんと一緒に考えてみましょう(\*^^\*)

※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22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



※申し込みは**予約制**となっております。

2月1日(木)~当日まで、お電話またはセンター受付にて承ります。

# フラワーアレンジメント教室（生花教室）

日時：2月23日（金） 14：00～15：00

場所：食堂 定員：8名

参加費：550円

※昨今の物価高騰により参加費を改定いたします。ご了承ください。

※お申し込みは**予約制**となっております。

2月1日（木）～2月16日（金）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26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☆

## ※ 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ことがございます。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。

## 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。