



社会福祉法人  
横浜市社会事業協会

# 横浜市鶴見区 精神障害者生活支援センター



開館日:月～金 9時～18時  
土 9時～15時

閉館日:日・年末年始

横浜市生活支援センターは、精神障害がある方や、  
そのご家族・地域の方を対象に  
日常生活に関する様々なご相談をお受けしたり、  
精神保健福祉についての情報提供や普及啓発を行う施設です。



# ご利用案内

生活支援センターは横浜市の条例に基づいて運営されている公共施設です。  
皆さまに安心して過ごしていただき、気持ちよく利用していただけるよう、ご協力をお願いいたします。

## ① ご来館

受付にて登録カードをご提示ください。受付後はカードのご提示不要にて出入りは自由です。  
未登録の方は、必ず利用受付表をご記入いただき、受付にお声がけください。

## ② ご相談

お気軽に受付またはお電話にてご相談ください。  
事前にご予約いただければお待たせせずにお話を伺うことができます。  
相談電話 045-576-3173 (予約専用 045-576-3174)  
受付時間 (月～金) 10時～12時/14時～19時 (土)9時～16時

## ③ フリースペース

未登録の方もご利用いただけます。Wi-Fi利用可能。パスワードは館内掲示物をご確認ください。  
利用者用冷蔵庫、電子レンジ、湯沸かしポットなど館内で共用にてご利用いただけます。

## ④ ロッカー ※利用者登録必須

受付にお声がけいただき、ロッカーの鍵をお受け取りください。  
ご使用は当日限りにて、貴重品はご自身でお持ちください。お帰りの際に鍵をご返却ください。  
鍵を紛失された場合、修繕費を実費でご負担いただきます。

## ⑤ 静養室

受付にお声がけください。原則1時間、延長は1時間までとなります。  
原則お一人でのご使用で、室内でのお食事はできません。  
入室から1時間後に体調確認のため職員がお声がけさせていただきます。  
体調不良の際は、ご帰宅を促す場合がございます。

## ⑥ パソコン貸し出し(無料 wi-fi利用可能)

フリースペース内でご利用いただけます。次に使いたい方がいる場合は1時間までとなります。  
個人アカウントへのログイン、USBやメールは使用できません。イヤホンはご持参ください。

## ▼有料サービス(利用者登録必須)▼

## ⑦ 昼食サービス

曜日:週3回(火・水・木) ※祝日は休み(振り返日あり)  
時間:受付時間 12時～13時 提供時間 12時半～13時半  
料金:一食500円  
定員:一日15名まで(12時から整理券を配布します)  
予約制ではなく先着となります。15食受付次第終了となります

## ⑧ 入浴サービス

料金:100円  
方法:予約制  
持ち物:シャンプー、タオル等、必要な物  
ご使用後は各自で掃除をしていただきます。  
詳細は浴室内のマニュアルをご参照ください。

## ⑨ 洗濯サービス

料金:100円  
※洗濯機と乾燥機の両方使用する場合も、  
いずれかのみでの利用でも100円です。  
方法:予約制  
持ち物:洗剤等、必要な物

入浴サービス/洗濯サービスは事前にお電話または受付にてお申込みください。  
ご利用についての詳細は職員がご説明いたします。



# 生活支援センターの事業

## ① 基本相談支援事業

困ったときの最初の相談窓口です。

障がいのある方やそのご家族からの日々の暮らしや福祉サービスに関するご相談をお受けしています。住まいや仕事、対人関係などお気軽にご相談ください。必要に応じて関係機関とも連携しながら地域での安心した暮らしを一緒に考えていきます。

## ② 計画相談支援事業

一人ひとりに合った支援計画をつくります。

障害福祉サービスを利用する際に必要な「サービス等利用計画書」の作成や見直しを行います。ご本人の希望を大切にしながら、安心してサービスが受けられるよう継続的にサポートします。

## ③ 自立生活アシスタント事業・自立生活援助事業

地域での自立した生活を一緒に考えます。

これから一人暮らしを始めたい方や現在単身生活を送られている方、同居のご家族が高齢・障害などにより支援が受けられない方が対象です。買い物や掃除、公共機関の使い方など一緒に体験しながら生活のコツを身につけられるようサポートします。

## ④ 横浜市退院サポート支援事業・地域移行・地域定着支援事業

病院や施設から出て、地域で暮らしたい方を応援します。

住まい探しや引っ越し、生活の準備などを一緒に進めていきます。

退院・退所後も自分らしい生活が安心して続けられるようサポートします。

ご相談は無料です。まずはお気軽にご相談ください。





# ピアスタッフ活動について

横浜市では、令和5年度（2023年）よりピアスタッフモデル事業を実施しており、生活支援センターへのピアスタッフ配置を推進してきました。  
鶴見区生活支援センターにおいても、ピアスタッフ（国のピアスタッフ養成研修を修了）を配置しております。

## ピアってなに？

ピアサポートとは、障害のある方や同じような悩みや経験を持つ人々が、お互いに支え合う活動です。

ピアサポート活動をしている人をピアサポーターと呼び、横浜市ではピアスタッフとして活動しています。

同じ経験をもつ仲間として電話相談を受けたり、面談や訪問に同席し、一緒にこれからのことを考えていきます。

## 鶴見区生活支援センターのピアスタッフについて

鶴見区生活支援センターにはピアスタッフが1名おります。

通院・薬の調整・様々な仕事など、さまざまな経験を経て、現在ピアスタッフとしてセンター利用登録者の気持ちに寄り添い、相談をお受けしたり、イベントを企画しております。

詳しく知りたい方はぜひお問い合わせください。



# お問い合わせ

相談電話 045-576-3173

受付時間（月～金）10時～12時/14時～19時（土）9時～16時

〒230-0062

横浜市鶴見区豊岡町28-4ハーモニーとよおか4階

TEL：(相談電話)045-576-3173（予約専用）045-576-3174

入浴・洗濯・イベントの予約は予約専用ダイヤルへ

FAX：045-576-3172

HP：<https://www.ysjk.jp/tsurumi/>

Instagram：[https://www.instagram.com/tsurumi\\_sc/](https://www.instagram.com/tsurumi_sc/)

