

鶴見区生活支援センター便り

令和7年2月25日発行

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

発行責任者：所長 村山 哲史

〒230-0062 鶴見区豊岡町28-4 ハーモニーとよおか4F

TEL 045 (576) 3173 (相談電話)

TEL 045 (576) 3174 (夕食受付)

FAX 045 (576) 3172 URL <https://www.ysjk.jp/tsurumi/>

3月号



～夕食サービスについて～

- ・定員は25名まで※詳しくは館内掲示をご覧ください
 - ・お申し込みは当日の14時まで
 - ・当日のキャンセルにつきましては14時以降、500円かかりますのでご了承ください。
 - ・一週間先の分まで予約可能。
- ※夕食の時間帯になりましたら夕食サービスをご利用の方にお席を譲っていただくようお願いいたします。

～有料サービスについて～

入浴サービス、洗濯サービスは、予約制となります。

ご希望の方は、事前にお電話にてご予約下さい。

空いていれば当日のご予約も可能です。

～イベント報告～

1月

手話イベント

世界に一つだけの花を手話でうたってみました♪他の歌や単語にも挑戦したいですね！



女子会

～オリジナルボールペン作り～

とても素敵なハーバリウムボールペンを作りました♪



ヨガイベント

全5名の参加でした！



自然を感じよう
～イングリッシュガーデン～

快晴の中、自然を感じることが出来ました！また見頃の時期にも行きたいですね♪



2月

節分イベント ～恵方巻作り～

7種類の具材を使って恵方巻を作りました！恵方を向いて願い事をしながら食べました♪



スポーツイベント ～ソフトボール編～

キャッチボール等で身体をほぐしながらソフトボールを楽しみました！



絵手紙イベント テーマ 「春」

絵を通して様々な春を味わうことができました！



女子会(第2弾) ～バレンタインイベント～

チーズフォンデュやチョコフォンデュを楽しみながら、おしゃべりしました♪





イベント情報

ワークショップイベント

～発声練習&魅力的な話し方講座～

日時：3/8(土)13:00～14:30

場所：3階 地域交流室①

定員：20名(2/25(火)～)

※定員が達していなければ当日でも参加OK!

持ち物：特になし

参加費：無料

講師：澤 智子さん

担当：田中



ランチ会イベント

美味しく楽しい時間にしましょう♪

日時：3/10(月)12:30～13:30

場所：1階 Café Cotone

定員：5名

受付：2/25(火)～先着順

持ち物：食事代

担当：柿崎



男子会

ホワイトデーイベント

マシュマロを使ったパフェを皆さんで作って楽しく食べましょう!

日時：3/14(金)15:00～16:00

場所：4階 フリースペース

定員：10名(2/25(火)～)

持ち物：特になし

参加費：300円(男性限定)

※3/8(土)までのお支払い

期日以降のキャンセルは、キャンセル料が発生します。

担当：衛藤・古屋野



手話イベント

「手話を身近に」をテーマに一緒に取り組みましょう!

日時：3/15(土)10:30～11:30

場所：4階 フリースペース

定員：15名

参加費：無料

受付：2/25(火)～先着順

持ち物：特になし

担当：柿崎



ヨガイベント

日時：3月29日(土)

13:30～14:30

場所：3階 地域交流室②

定員：10名

参加費：無料

受付：3/1(土)～先着順

開始5分前にお越しください。

担当：石塚



ひとり暮らし応援ご飯



日時：3/29(土)12:00～13:30

メニュー：和風パスタ

場所：4階フリースペース

定員：3名(初回の方優先)

参加費：200円(3/17までに支払いをお願いします)

受付：2/25(火)～先着順

持ち物：特になし

担当：塚本・中川



※医師相談と第三者委員は**予約制**になります。
ご希望の方はお電話等でお問い合わせください。

医師相談

センター嘱託医（精神科Dr）に病気で悩んでいることや
お薬のこと、これから受診をどうするか悩んでいる等の
相談をすることが出来る機会です。
予約時に相談内容をお伺い致します。

●横浜ハビリテーションクリニック院長 日原 信彦先生
3/12（水）14:00～15:00、15:00～16:00
3/19（水）14:00～15:00、15:00～16:00

●メイトクリニック鶴見院長 川名 明德先生
3/6（木）17:30～18:30

●うしおだ診療所 野末 浩之先生
3/25（火）18:00～19:00、19:00～20:00

※ご利用に関して、お一人原則1回限り・1時間までです。
詳細は、スタッフにお尋ねください。

第三者委員

小田敏雄さん
3/21（金）16:30～17:30

食事・イベント申込み 医師相談予約 専用☎

【受付電話番号 045-576-3174】
※毎週日曜日・年末年始をのぞく毎日

こちらの電話番号は、
食事・イベント申込み
医師相談予約の
専用ダイヤルです。
ご相談はお受けできません。



家族会 のぞみ ご案内

★家族会役員が相談をお受けします。

◇対 象：鶴見区在住のご家族のみ。会員・非会員を問いません。

◇場 所：センター相談室

◇日 時：3月27日（木）①14:00～15:00 ②15:00～16:00
（各回とも1家族です）

◇予約締切：3月20日（木）

★自由懇談会：土曜の会に参加しませんか

お悩みの方、お互いに話し合い、解決の糸口を見つけましょう。

○対象：鶴見在住のご家族、会員、非会員を問いません

○日時：5月10日（土）13:30～15:30

○場所：ハーモニーとよおか3階地域交流室



※詳しくは当センターへお問い合わせください。