

2020年7月

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
閉所			PC教室 10時～	ガーテニング 10時～ 朗読の会 10時～	折り紙教室 10時～	
5	6	7	8	9	10	11
閉所	ガーテニング 10時～ WRAP 10時～			ガーテニング 10時～		
12	13	14	15	16	17	18
閉所	ガーテニング 10時～	絵画教室 10時～	PC教室 10時～	ガーテニング 10時～	イブニング 17時半～	ミニミニ講座 10時～
19	20	21	22	23	24	25
閉所	ガーテニング 10時～ WRAP 10時～	家族カウンセリング 10時～ イブニング 17時半～		ガーテニング 10時～		
26	27	28	29	30	31	
閉所	ガーテニング 10時～	絵画教室 10時～	PC教室 10時～	ガーテニング 10時～		

○●各種プログラム●○

イブニング(夕食支援) 毎週火・金曜日 17時半～※要予約 1回 400円

★申込み⇒当日 15時まで (Tel.045-309-5010)

(月～金曜日 9時～20時まで / 土曜日 9時～17時まで)

※イブニングでは申込み時間過ぎ(キャンセル料)が発生します。

WRAP 第1水曜日・第3水曜日

※要予約(定員8名)

朗読の会 第1木曜日 14時～

絵画教室 第2・4木曜日 14時～ ※持ち物なし

折り紙教室 第1金曜日 13時～

ガーテニング 毎週月・木曜日 11時半～ ※雨天中止

ミニミニ講座 土曜日 13時～ ※要予約定員5名まで

第4水曜日 14時半～※要予約(定員8名)

**今月のプログラムは、おためし月間です。
これまでと曜日、時間を変更し、再開しています。
8月以降再度変更になるかもしれません。ご了承ください。**

生活支援センター西通信



生活支援センター西は“地域の駆け込み寺”を目指しています！

当センターは、精神に障がいのある人たちが安心して地域で生活していけるよう活動しています。社会とのつながりを上手く作れない、どうしていいかわからない…そんな風に悩んでいる人やご家族等の力になりたいと考えています。また地域に暮らす人たちの駆け込み寺ともなれることを目指しています。どんなことでもお気軽にご相談ください。

初めて生活支援センターをご利用される方には、当センターの利用案内をさせていただきます。登録も含めたご案内の場合は、1時間くらいお時間が必要となりますので、事前に電話予約のうえお越しください。ご予約がない場合、再度ご来館をお願いすることもございます。

【開所日&時間】 (月)～(金)9:30～18:30 / (土)9:30～15:30
【住所】 〒220-0055 横浜市西区浜松町 3-14 横浜 OT ビル 1 階
【TEL】 045-252-2414 【FAX】 045-348-9090
【URL】 <http://centernishi.sun.bindcloud.jp/>

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、ご利用にあたって人数制限を設ける場合があります。

センター西では、今月より段階的にプログラムを再開します！

西区では新型コロナウイルスの予防に努めながら、7月より段階的にプログラムを再開します。また、今月のプログラムはこれからの通常再開をめざした「おためし月間」として、これまでと曜日や時間が異なりますので以下の点にご注意ください。皆さまのご理解とご協力をお願いします。

《ご注意》

①プログラムはこれまでと曜日や時間が異なります。(裏面をご確認ください)

②すべてのプログラムは予約制として、各プログラムに定員を設けます。

※定員に達し次第締めさせていただきます。

【プログラム申込・予約電話】 045 - 309 - 5010 (月～金) 9:00～20:00

(土) 9:00～17:00

③新型コロナウイルス感染拡大予防のため、手洗いやアルコール消毒、検温、マスク着用、換気など引き続きご協力ください。

おうちで WRAP 公開しています

新型コロナウイルスの広がりにより、今までとは違った生活様式を考えなくてはならない状況です。

WRAP のプランも変わってくるのではないのでしょうか？



そんな中、ステイホームでも「いい感じの自分」でいるために使える元気回復行動プランができないかと考えました。今の状況だからこそ使える、もしくは有効である道具箱やプランというものもきっとあると思います。

コロナの状況下でも使える「おうちで WRAP」、フリースペース、ホームページで公開しています！皆さんからのアイデアもお寄せください(随時更新していきます)

相談

一人で悩んでいませんか…？家族が抱えていませんか…？センター西では、病気についての他、制度・就労・生活など、不安に感じていることについて随時ご相談をお受けします。必要に応じて、他の施設や情報をご紹介しますこともできます。お気軽にご相談ください。横浜市精神障害者生活支援センター機能標準化モデル事業の全区実施のため、居場所提供時間、休館日、電話相談時間が以下の通りに変更になっています。

居場所提供時間 月～金 9:30～18:30/土 9:30～15:30 (休館日:日・年末年始)

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、ご利用にあたって人数制限を設けること場合があります。

電話相談 まだ出て行くのは不安…、ちょっと聞いてほしいな…など、お電話でもご相談を受け付けています。

☎相談窓口 045-252-2414 (月～土 10:00～17:00)