

2020年6月

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

**新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、  
6月のプログラムは全て**休止**とさせていただきます。  
フリースペース(居場所提供)につきましては**通常時間にて  
開館**いたします。(月～金 9:30～18:30、土 9:30～15:30)**

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

○●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のキャンセルはキャンセル料が発生します。

**WRAP** 第1水曜日・第3水曜日 14時半～

※要予約(定員8名)

WRAP・ピアミーティングは日程変更  
あります。予定表をご確認下さい。

**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～

**ガーデニング** 毎週月・木曜日 11時半～ ※雨天中止

**パソコン(PC)教室** 毎週水曜日 13時～ ※要予約定員5名まで

**ピアミーティング** 第2水曜日・第4水曜日 14時半～※要予約(定員8名)

# 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

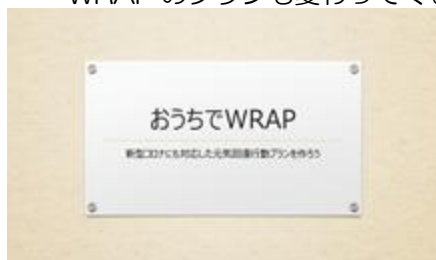
【TEL】045-252-2414 【FAX】045-348-9090

【URL】 <http://centernishi.sun.bindcloud.jp/>

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

## 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)**



## いまのガーデニングの様子

～夏野菜を植えました!(^)!～

ガーデニングプログラムは現在休止中ですが、季節の移ろいととも畑の様子も変わってきています。先日スタッフで夏野菜を植えてきました。

今年はナス、トマト、キュウリ、枝豆、トウモロコシを植え付けています。写真はキュウリとトマトの様子、何とか形になっているのでしょうか？

ガーデニングプログラムが再開できる日まで、スタッフが全力で作物を守ります！！収穫できるころにはコロナも落ち着いていればいいですね。そのときはみなでおいしくいただきます。

**ガーデニングの様子、フリースペース、ホームページでも公開しています。随時更新していきますのでごらんください！！**



## 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、利用にあたって人数制限を設けることがあります。

\*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)

\*面接相談\* 随時ご相談をお受けしています。

\*家族カウンセリング(要予約)\* 毎月1回、個別でご家族の方へカウンセリングを実施しています。