

2019年7月

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
閉所	・ガーデニング 14時～	・家族カウンセリング 13時～ ・当事者ワーク 16時～ ・イブニング 17時半～	・PC教室 13時～ ・WRAP 14時半～	・ガーデニング 14時～ ・朗読の会 14時～	・折り紙教室 13時～ ・イブニング 17時半	
7	8	9	10	11	12	13
閉所	・ガーデニング 14時～	・イブニング 17時半～	・PC教室 13時～ ・ピアミーティング 14時半～	・ガーデニング 14時～ ・絵画教室 14時～	・マインドフルネス 14時～ ・イブニング 17時半	
14	15	16	17	18	19	20
閉所	・ガーデニング 14時～	・イブニング 17時半～	・PC教室 13時～ ・WRAP 14時半～	・ガーデニング 14時～	・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 14時～	・イブニング 17時半～	・PC教室 13時～ ・ピアミーティング 14時半～	・ガーデニング 14時～ ・絵画教室 14時～	・マインドフルネス 14時 ・イブニング 17時半	
28	29	30	31			
閉所	・ガーデニング 14時～	・イブニング 17時半～	・PC教室 13時～			

○●各種プログラム●○

絵画教室 第2・4木曜日 14時～ ※持ち物なし

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

※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。

朗読の会 第1木曜日 14時～ 参加費50円

パソコン(PC)教室 毎週水曜日 13時～ ※要予約定員5名まで

折り紙教室 第1金曜日 13時～

ガーデニング 毎週月・木曜日 14時～ ※雨天中止

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、精神に障害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。外との繋がりを上手く作れない、どうしていいのかわからない…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。

【重要なお知らせ】

全区センターで行われる機能標準化モデル事業に向けて、令和元年7月1日より以下のように生活支援センター西の利用時間が変わります。ご不明な点は職員にご確認ください。

	変更前	変更後(7月1日～)	
	火～土	月～金	土
居場所提供時間 (フリースペース)	11時～18時	9時半～18時半	9時半～15時半
電話相談	11時～18時	10時～17時	10時～17時
休館日	日・月・祝日 年末年始	日・年末年始	

ガーデニング

日程が変更になります。
変更前→木・土
変更後→月・木
です。ご確認ください。

マインドフルネス講座を開催!

■開催日：7月12日(金) 14:00～16:00
7月26日(金) 14:00～16:00

■場所：生活支援センター西 ※事前申し込み不要

マインドフルネスにカウンセリング手法、心理療法も用いて前向きな捉え方を紹介するワークショップです。楽しく心暖まる時間を御一緒にいかがですか？初めての方も大歓迎、ご参加お待ちしております。

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。

面接相談 随時ご相談をお受けしています。

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

訪問・同行 相談の中で必要に応じて、訪問や同行も行っています。

家族カウンセリング(要予約) 毎月2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。