

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
			・PC教室 14時～	・朗読の会 14時～ ・ガーデニング 14時～	閉所 文化の日	・ガーデニング 14時～
5	6	7	8	9	10	11
閉所	閉所	・イブニング 17時半～	・PC教室 14時～	・絵画教室 13時半～ ・ガーデニング 14時～	・折り紙教室 13時～ ・イブニング 17時半～	・ガーデニング 14時～
12	13	14	15	16	17	18
閉所	閉所	・家族カウンセリング 14時～ ・イブニング 17時半～	・PC教室 14時～	・ガーデニング 14時～	・イブニング 17時半～	・ガーデニング 14時～
19	20	21	22	23	24	25
閉所	閉所	・イブニング 17時半～	・PC教室 14時～	閉所 勤労感謝の日	・イブニング 17時半～	・ガーデニング 14時～ ・ミニミニ講座 13時半～
26	27	28	29	30		
閉所	閉所	・イブニング 17時半～	・PC教室 14時～	・ガーデニング 14時～ ・運動プログラム 15時～		

○●各種プログラム●○

絵画教室 第2/4木曜日 13時半～ 持ち物なし

朗読の会

第1木曜日 14時～参加費 50円

折り紙教室 第1金曜日 13時～

PC教室

毎週水曜日 14時～ ※要予約定員 5名まで

ガーデニング 毎週木・土曜日 14時～ 雨天中止

イブニング 毎週火・金曜日 17時半～ ※要予約 1回 400円 申し込み⇒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)

# 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。

\*〒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\*

開所日: 火~土 11:00~18:00 URL <http://centernishi.sun.bimdcloud.jp/>

## 運動プログラム 11月30日(木)15:00~

場所: 浜松町公園 \*雨天時センター西内  
持ち物: 飲み物・タオル・運動靴

浜松町公園でサッカー・バレー・フリスビー等を実施  
予定です。雨天時はセンター内で卓球となります。

★地域のお祭りのお知らせ

## 第31回へそ祭り

11月3日(金)

10月24日~11月4日に藤棚商店街で買  
い物をされた方に抽選券を配布していま  
す。

抽選会: 11月5日(日)15時~

詳しくはセンター西内ポスターにてご確  
認をお願いします。

## お知らせ

- 11月3日・23日は祝日の為閉所です。
- 折り紙教室は第2週目となります。
- 当事者ワークは今月お休みです。
- 絵画教室は第2週目のみとなります。

9月30日に行われたはーとふるバザー、並びに10月7日に行われた第三地区福祉フェスタも皆様のご協力のもと、無事に終了することが出来ました。

この度のバザー・フェスタ開催に際し多数の献品、並びに当日のお手伝い等ご協力いただきました皆様に心よりお礼申し上げます。

**ありがとうございました!**

## 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。