

2017年

# 生活支援センター西 通信

4月

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。外との繋がりや上手く作れない、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\*

<http://centernishi.sun.bindcloud.jp/>

## お花見しませんか？

日時：4月1日(土)14時 センター西 集合

目的地：浜松町公園

参加費：100円

※雨天中止

## ウォーキング

みなとみらいへ行こう！

日時：4月26日(水)14時15分

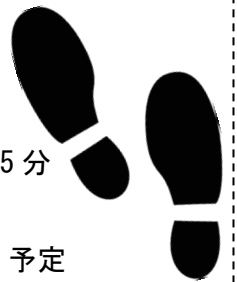
センター西 集合

目的地：みなとみらい周辺 予定

※交通費は自己負担となります。

パス券を持っている方はお持ちください。

※雨天中止



## ガーデニングプログラムで 植えるものを探しに行く会

センター西で行っているガーデニングプログラムで

新しく植える作物・植物を探しに行きませんか？

日時：4月15日(土)14時頃 センター西 集合

目的地：コーナン 予定

※交通費は自己負担となります。

パス券を持っている方はお持ちください。

※雨天決行 悪天候中止

## お知らせ

今月の手芸プログラム、運動プログラム、  
4月1日(土)、15日(土)のガーデニングはお休みです。  
是非、お花見、ウォーキングに参加しましょう！

## 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。

2017年4月 予定表		火	水	木	金	土
						1 ・お花見 14時センター西集合
2 閉所	3 閉所	4 ・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～	5 ・パソコン教室14時～	6 ・朗読の会14時～ ・ガーデニング14時～	7 ・折り紙教室13時～ ・イブニング17時半～	8 ・ガーデニング14時～
9 閉所	10 閉所	11 ・家族カウンセリング14時～ ・イブニング17時半～	12 ・パソコン教室14時～	13 ・絵画教室13時半～ ・ガーデニング14時～	14 ・イブニング17時半～	15 ・家族ミニミニ講座13時半～ ・ガーデニング買い物 14時センター西集合
16 閉所	17 閉所	18 ・イブニング17時半～	19 ・パソコン教室14時～	20 ・ガーデニング14時～	21 ・イブニング17時半～	22 ・ガーデニング14時～
23 閉所	24 閉所	25 ・イブニング17時半～	26 ・パソコン教室14時～ ・ウォーキング 14時15分センター西集合	27 ・絵画教室13時半～ ・ガーデニング14時～	28 ・イブニング17時半～	29 昭和の日 閉所
30 閉所						

※パソコン教室は定員がありますので、必ずご予約をお願いいたします。  
 ※ガーデニングは雨天中止です。時間が前後する場合があります。

\*絵画教室(水彩画)\*…第2・第4木曜日13時半～ 持ち物不要

ゆったりと被写体と向き合いながら、気持ちを表現してみませんか？

大人の塗り絵を始めました。詳しくはスタッフまで！

\*朗読の会\*…第1木曜日 14時～

読んだ記憶のある物語の朗読をします。発声練習から練習し、年に一度は発表会もします！地域の方にも人気です！

\*折り紙教室\*…第1金曜日 13時～

\*パソコン教室\*…毎週水曜日 14時～15時

毎週水曜日14時～、初心者向けパソコン教室を行っています。パソコンに限りがありますので、当日5名の方のみとなります。事前にご予約をお願いいたします。

\*プログラムについて\*

定期プログラムのほかに、月毎にプログラムを企画しています。散歩、クリスマス会や新年会など…お楽しみに!!(\*^o^)

## 各種プログラム

## イブニング(夕食会)

一緒に温かいご飯を食べませんか？

毎週火曜日・金曜日に夕食会を開催しています。

\*食事代 400円

\*時間 17時半～

\*お申込み 当日15時まで

地域の方も歓迎です！

※お申込み時間を過ぎてからキャンセルされる場合は、料金を頂く場合がございます。ご了承ください。



パソコン教室は随時参加者募集中です  
 センター西のパソコン教室は、毎週水曜日  
 14時から1時間開催しています。

外出のきっかけ、パソコンの操作の習得など「趣味のパソコン」として利用して頂いています。

事前予約制ですが、予約定員に満たない場合は当日の参加も可能です。

現在参加人数にも余裕があるため、興味のある方は一度ご見学ください。

