

2017年

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

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

防災訓練のお知らせ

日時：3月30日(木)

14時～15時

場所：センター西

内容：消火器の使い方

火災や震災の際の注意点など

※消防士さんが来てくれます！

是非皆さん参加してください！



WRAP (ラップ) を体験しましょう

—いいかんじの自分を見つけてみませんか?—

日時：3月20日(月・祝日)

会場：西区福祉保健活動拠点「フクシア」

参加費：無料

定員：30名

締め切り：3月10日(金)

主催：もみじ会

(問い合わせ先：090-9339-4936 もみじ会 倉澤)

運動プログラム

日時：3月23日(木) 13時～15時

◆持ち物：飲み物・タオル・運動靴

センター西に12時45分集合！！

※藤棚地区センターで行います。



チラシ・申し込み用紙は
センター西でも配布中です！

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。家族で抱え込まず、話してみませんか？

2017年3月 予定表

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
			・パソコン教室14時～	・朗読の会14時～ ・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～
5	6	7	8	9	10	11
閉所	閉所	・家族カウンセリング13時～ ・イブニング17時半～	・パソコン教室14時～	・絵画教室13時半～ ・ガーデニング14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13時～ ・当事者ワーク16時～ ・イブニング17時半～	・パソコン教室14時～	・ガーデニング14時～	・イブニング17時半～	・家族ミニミニ講座13時半～ ・ガーデニング14時～
19	20	21	22	23	24	25
閉所	春分の日	振り替え休日	・パソコン教室14時～	・運動12時45分集合 (詳細は表面へ!) ・絵画教室13時半～ ・ガーデニング14時～	・イブニング17時半～	・ガーデニング14時～
26	27	28	29	30	31	
閉所	閉所	・編み物教室13時～ ・イブニング17時半～	・パソコン教室14時～	・ガーデニング14時～ ・防災訓練14時～ (詳細は表面へ!)	・イブニング17時半～	

※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。

* 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♪

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。ご了承下さい。



ホームページ開設のお知らせ

生活支援センター西のホームページが出来ました。

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

西区の地域活動支援センター「無限夢工房」さんの協力を得て開設いたしました。アクセスお待ちしております。

OPEN

