

# 生活支援センター西 通信

2016年



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

## 第3地区福祉フェスタ

日時: 10月1日(土)

10時~15時

会場: 生活創造空間にし

センター西も照り焼き弁当と飲み物を販売します！

朗読の会「あすなろ」が11時45分から5階で発表します！！

是非来て下さい！！(^o^)/

※当日センターは閉所しています。



## ウォーキング

夏も明け、少し涼しくなってきました。

運動の秋、センターから一歩出て、

みんなとお話しつつ、

ウォーキングしてみませんか？

日時 10月22日(土) 13時~

集合: センター西

目的地: 山下公園

◆持ち物: 飲み物・タオル

※雨天中止です！



## 第四回 運動プログラム

日時: 10月27日(木)

13時~15時

集合: 12時45分 センター西

◆持ち物: 飲み物・上履き・タオル



## 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？

## 2016年10月 予定表

日	月	火	水	木	金	土
						1 第三地区福祉フェスタ 10:00～15:00
2 閉所	3 閉所	4 ・イブニング17時半～	5 ・パソコン教室14時～	6 ・朗読の会13時半～ ・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 振替閉所	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 ・ガーデニング14時～
16 閉所	17 閉所	18 ・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～	19 ・パソコン教室14時～ <b>断水予定 (13時半～17時)</b>	20 ・ガーデニング14時～	21 ・イブニング17時半～	22 ・ウォーキング13時～ (ガーデニングお休み)
23 閉所	24 閉所	25 ・編み物教室13時～ ・家族カウンセリング14時～ ・イブニング17時半～	26 ・パソコン教室14時～	27 ・運動12:45～センター集合 ・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 ・ガーデニング14時～
30 閉所	31 閉所					

23日(日)  
地域の防災訓練に  
参加予定!

※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。

## 各種プログラム

**\*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 13時半～

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\***…第一金曜日 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。パソコンが5台しかありませんので、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!!(´0´)

## 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。



## ガーデニングのお知らせ

秋野菜の植え付けの時期になりました。

少し涼しくなってきたので、

10月から、開始時刻が14時に変更になります。

尚、22日(土)のガーデニングは、他のプログラムとの調整でお休みになります。ご了承ください。

