

1月号

Jan.2021

No.159

南区生活支援センター

Southern Wind

発行: 社福) 恵友会 横浜市南区生活支援センター 〒232-0027 横浜市南区新川町 1-1 リーヴェルステージ横浜南 2F
TEL/FAX 045(251)3991 URL http://www.minamikulac.jp/

12/29(火)~1/3(日)までは休館日となります。

1/4(月)より開館いたします。

Happy New Year!
ホームページ見てね~!

QRコードの読み取り、または
「南区生活支援センター」で検索☆



1月イベント・サークル活動

9(土) Social Skills Training 13:30~

テーマ「感じのいい断り方」

21(木) 茶話会 14:00~

利用者同士で親睦を深めましょう♪

16(土) メンバーミーティング(みんちか) 14:00~

事前に寄せられたみなさんからの議題を中心に、
みんなで自由に意見交換をしています



開館時間

平日(月~金)	10:30~19:30
土曜日	9:30~15:30
日曜日	休館日

※密を避けるため、当面の間、イベントは10名程度での開催を予定しています。参加希望者は職員まで◎
 ※飲食を伴うイベントは開催を見合わせます。
 (誕生会、夕食を作ろうなど)
 ※センター内のボードゲーム等も引続き中止です。
 →再開については検討中です。

新年あけましておめでとうございます。



2020年は新型コロナウイルスの流行で今までとは違う1年となりました。まだまだ感染状況は収まってはいませんが、2021年はコロナが収束し、日常生活を取りもどせる日が来ることを願うばかりです。

今年こそは、「バスハイクや夏祭りの開催をするぞ!」という
意気込みで、皆さん元気に過ごしていきましょう♪ 職員一同



1/21(木) 茶話会のお知らせ

利用者主催の茶話会を開催します!
コロナ対策のため、飲食や人数に制限もありますが...
しっかりマスクをして皆で一緒にお喋りしませんか?
ご参加お待ちしております★

【日時】1/21(木) 14:00~15:00

【場所】南区生活支援センターフロア

【会費】無料

【定員】7名程度

【飲食】食べ物はNG、飲み物はOK

【申込み】センター職員まで



☆みなさんからのコラム☆



今、日本だけでなく全世界的に蔓延している新型コロナウイルスの罹患者、その数7千万にも言われています。対策としてのワクチンもなかなか患者の手に届かないのが実情ではないのでしょうか。そして潜伏期間から初期症状の間、風邪と見分けがつかず、治療が遅れて症状が悪化してしまう負の連鎖に繋がっていくのが現状だと思えます。

それに対して私たちのできることは、「密閉、密集、密接」を避けながら社会生活を送ることだと思います。うがい、手洗い、マスクの着用などはスタンバイとして、生活リズムを正して睡眠を十分にすること、食事バランスよく摂ること、規則正しい生活を送ることで新型コロナウイルスの侵入を防ぎましょう。

もし、初期症状を発症した場合、「単なる風邪だ」と高を括らず、病院に行き医師の診断に従いましょう。

P.Nヒロ

相談事業

日常生活に関わる相談等をお受け致します。

※電話の場合(1日1回/15分以内)

平日は...①12:00~13:00 ②13:30~19:30

土曜日は...①9:30~13:00 ②13:30~17:00

相談専用☎ [045\(251\)3992](tel:0452513992)

◆井上カウンセラーによるカウンセリング相談

1月15日(金) 13:00~【予約制】

◆服部 Dr. による嘱託医相談

1月8日(金) 13:00~【予約制】

※より多くの方にご利用いただくために、

初めての方のご予約を優先する場合がございます。

12/25~予約受付中

(各先着3名)

