

6月のイベント・サークル活動

- 7(土) SST(Social Skills Training) 13:30~
テーマ「自分の気持ちの伝え方」
定員 10 名程度 参加費無料
- 21(土) 誕生会 14:00~
定員 10 名程度
参加費:100 円 ※誕生月の方は無料
申込期間:6/2(月)~6/17(火)
お祝いの出し物、大歓迎!ご予約時にお伝え
ください。皆で誕生月の方をお祝いしましょう♪
- 18(水) 夕食を作ろう 15:00~
定員 10 名程度 参加費:250 円
- 27(金) マリンレージュ乗船と港湾施設見学
参加費:無料 **※申込終了**
- 28(土) メンバーミーティング 10:30~
みなさんから事前に寄せられた議題を中心に
みんなで自由に意見交換をします。



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☆



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

コラム「紫陽花」6月のメッセージ

6月はあじさいの季節ですね。

「紫陽花」と書きます。あじさいは、夏の季語です。

花色が7色に変化します。梅雨入りより咲き始めて
梅雨明けとともに終わります。

箱根登山鉄道の沿線にライトアップされたあじさいは
とても幻想的ですね。(みけねこ)



SST 年間予定

- 4月:「年度目標」済
 - 5月:「今年度の1人1人の目標」済
 - 6月:「自分の気持ちの伝え方」
 - 7月:「行き詰った時の対処法」
 - 8月:「距離感」
 - 9月:「断る方法」
 - 10月:「気持ちの切り替え方」
 - 11月:「余計な不安に捕られない方法」
 - 12月:「怒りのコントロール」
 - 1月:「自分のコントロール(睡眠等)」
 - 2月:「コミュニケーション方法(きっかけ作り)」
 - 3月:「年度の振り返り」
- ※興味のある回だけの参加も OK!
ぜひご参加ください!



夕食を作ろうのルール変更!

夕食を作ろう!の参加申し込み人数が当日までに**3名**
に満たない場合、開催を中止させていただきます。



今年も夏祭りを開催いたします!

夏祭りを7月下旬に開催します。6月から毎週水曜日
の14:00~15:00 食堂で準備を進めていきますので、
ご興味のある方はご参加ください。詳細はセンター内の
掲示をご覧ください。毎年、花火と同時でしたが、今年
は別日になります。

相談事業

日常生活に関わる相談等をお受け致します。

平日は...①12:00~13:00 ②13:30~19:30
土曜日は...① 9:30~13:00 ②13:30~17:00

相談専用 ☎ **045(251)3992**

◆井上カウンセラーによるカウンセリング相談

6月14日(土) 13:00~【予約制】

◆服部 Dr.による Dr.相談

6月6日(金) 12:30~【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。

※今年度の Dr.相談は、基本は第2金曜日となります。



5/26~予約受付中
(各先着3名)