

9月号

Sep.2020

No.155

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/

9月イベント・サークル活動

9(水) 茶話会 14:00~

利用者同士で親睦を深めましょう♪

11(金) 社会資源探検隊 ~就労編~ 13:00~

ピアジョブサポート横浜関内(就労移行支援事業所)の見学・体験会をします。※申込み締切: 9/9(水)

19(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

20(日) Social Skills Training 13:30~

テーマ「苦手な人との付き合い方」

25(金) マリーンシャトルツアー センター9:00 集合・出発予定

花の木会との共催です。※申込み締切: 9/4(金)

12:30
センター出発



開館日時



月火水金	11:00~20:00
土祝	9:30~18:30
日	9:30~15:30
木	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。

利用者からのコラム

「穏やかでありたい」

最近、少し調子を崩してしまいました。怒りっぽくなってしまいました。人のアラが目につき、いちいち引っ掛かってしまいました。自分の生き方ノートに「人がどうかじゃない、自分がどうあるべきか?」ということを書いていた。

またWRAPという認知行動療法の1つでいい感じの自分は「いちいち引っ掛からない」ということを認識していました。

人のアラが目につかなく、目に付いたとしても流せるのがいい感じの自分です。相対的な自分ということよりも絶対的な自分を意識しなければならぬと思いました。まあ、いずれにしても穏やかな自分でありたいと思います。

P. N. タッキー

9/9(水) 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…みんなで一緒に和気あいあいとおしゃべりしませんか?

ご参加お待ちしております★

【日時】9/9(水) 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

【飲食】食べ物はNG、飲み物はOK

【申込み】センター職員まで

(☎045-251-3991)



10月からのセンターの開館について



10月から南区生活支援センターの休館日が木曜日から日曜日になります。

詳しい開館日、開館時間については10月号でお知らせします。

お知らせ

高橋職員が産休に入ります。一年後に戻ってきます(*^_^*)

社会資源探検隊

社会資源を知ろう! 第1回 就労編

日時: 9月11日(金) 13:00~15:00

(センター出発 12:30)

場所: ピアジョブサポート横浜関内

定員: 5名まで

内容: パソコン(World編)講習の体験
資料説明、質疑応答

申込締切: 9月9日(水)まで

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

土日祝は…①9:30~13:00 ②13:30~17:00

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

9月5日(日) 13:00~【予約制】

◆服部 Dr. による囑託医相談

9月16日(水) 13:30~【予約制】

8/25~予約受付中

(各先着3名)

※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。

