

港南区生活支援センターだより 2024



住所：港南区港南4-2-7 3階（地下鉄港南中央駅徒歩5分）
 電話：(代表・各種予約)045-842-6300 (相談専用)045-842-6400
 FAX：045-840-0313
 ホームページ：『港南区生活支援センター』で検索してください。センターだよりも見られます！

5月と言えば『子どもの日』です。鯉のぼり、しょうぶ湯、5月人形など様々な必須アイテムがありますが、一番大事なのは何といっても“柏餅”でしょう。その柏餅の中でも、私の1番のお気に入りには味噌あんです。柏餅以外では食べる機会がない味噌あん。あんなに美味しいのに少し不思議です。

調べてみると、そもそも味噌あんは、江戸時代に江戸で生まれた食べ物で、現在でも名古屋より西の地域ではほとんど売られていないそうです。そして江戸時代の柏餅は、味噌あんと塩あんがメインで、こしあんは無かったそうです。(マジか!?)
 江戸時代の皆さんは、塩気の多いさっぱりした柏餅を食べていたんですね。

サービス曜日	運営時間 (各種予約) 045-842-6300	フリースペース	電話相談 045-842-6400
月～金	9時～20時	10時～19時	10時～12時 14時～19時
土	9時～17時	10時～16時	10時～17時

月	火	水	木	金	土	日
5月		1	2	3 建国記念日 AM 所内清掃	4 みどりの日	5 子どもの日 休館
6 振替休日 AM 所内清掃	7	8	9 心理士相談	10 AM 所内清掃	11 ピア会 	12 休館
13 9:00~11:00 定期清掃(ワックス)	14 AM 所内清掃	15	16	17 AM 所内清掃	18 卓球デー 	19 休館
20 AM 所内清掃 スポーツデー	21	22	23 心理士相談	24 AM 所内清掃	25	26 休館
27 AM 所内清掃	28	29	30	31 AM 所内清掃 ソフトボール		

センター利用希望の方へ

センター利用には登録が必要です。**登録は予約制です。**事前に連絡を下さい。センターの案内と面談をさせていただきます(約60分)。予約がない場合、再度ご来館いただくことがあります。登録有効期限は**3年間**です。登録カードの更新月内に更新面談が出来ます。

5月のお知らせ

- ①金曜・土曜に卓球台を開放します。ご自由にお使い下さい。
(※夕食サービス時の利用は不可)
- ②将棋やおセロ等の貸出を再開します。
- ③館内ではマスク着用にご協力下さい。

夕食サービス(有料)

◆2部制・定員18名です。

1部→17:30~18:00(12名)
2部→18:30~19:00(6名)



◆**予約制**です。

- ・予約は前日から、電話・来所どちらでもOKです。
- ・**時間**(1部・2部)と**主食の量**(普通盛・小盛)を指定して下さい。
- ・予約の変更やキャンセルは、当日の**14:00まで**です。

◆3つのお約束

- ①ご予約の時間を厳守して下さい。
遅れた場合、キャンセル扱いになることがあります。
- ②テーブルや椅子の場所は動かさないで下さい。
- ③食事中の会話はお控え下さい。

その他のサービス(有料)

【入浴・洗濯サービス】

- ◆**予約制**です。予約は前日からとなります。
電話・来所どちらでもOKです。
- ◆入浴→月~金10:00~18:00の9枠
土曜日10:00~15:00の6枠
- ◆洗濯→月~金10:00~、15:00~の2枠
土曜日10:00~の1枠

【インターネット】

- ◆利用時間
月~金→10:00~18:00
受付は17:00まで
土曜日→10:00~16:00
受付は15:00まで

嘱託相談(無料)

- ◆**予約制**です。予約は電話・来所どちらでもOKです。
- ◆未登録の方、ご家族の方もご相談いただけます。
- ※**予約受付は月初から、当月と次月分を受け付けます。**



【医師相談】(1回40分)

5月はお休みです。
次回は6/10です。

【臨床心理士相談】(1回50分)

→NPO法人Coaction 大坪先生
5/9(木)・23(木)
①14:30~ ②15:30~

ピア活動 当事者活動を考える会

日時：5月11日(土)
13:00~15:30

集合場所：港南区生活支援センター
※雨天時は港南区社会福祉協議会
団体交流室
担当職員：小谷・翁長・平井

5月は『花見散策』です。舞岡公園を散策します。雨天時は、『好きな音楽を聴こう♪2024』となります。

4月は『推しカップ麺グランプリ!』でした。皆さんが持ち寄った様々なカップ麺を実食しました。皆さん“推し”の理由を熱く語り、その後、それぞれ試食もして、下のイラストの通り、大盛り上がりでした!



Illustration by 犬さん

『絵を描く集い』はお休みです。雨天時は13:00~14:00に開催します。

卓球デー

日時：5月18日(土) 13:00~15:00
場所：センターのフリースペース
★卓球台を開放します!

スポーツデー

日時：5月20日(月) 13:00~15:00
場所：港南スポーツセンター
持ち物：室内履き
内容：卓球・バドミントン



ソフトボール

日時：5月31日(金)
11:00~15:00
場所：新杉田公園
(JR新杉田駅 徒歩10分)
(京急杉田駅 徒歩15分)
担当職員：小谷・佐々木

★参加の際は事前に担当者までご連絡・お申込み下さい。



うたサークル 「ひまわり」

今月はお休みです。
次回は6月22日の予定です。
お楽しみに!



モルックの貸出を始めました!

センターでモルックの道具を購入しました。他のスポーツ用具と同様に貸し出しをしています。また“やってみたい!”という方も募集しています。

ご希望の際は、事務室にお申し出ください。

モルックとは...

フィンランド発祥のスポーツです。モルックという木の棒を投げて、スキットルという木のピンを倒す、ボウリングに少し似たスポーツです。

