

保土ヶ谷区生活支援センター

かるがもNEWS 261号

発行：横浜市保土ヶ谷区生活支援センター

住所：保土ヶ谷区川辺町5-11（かるがも4F）

電話：045（333）6111



FAX：045（340）2000

HP：<https://www.ysjk.jp/hodogaya/>

メンバーミーティング

開催日時：9月13日（金）15:00～16:00

【テーマ】わいわいフェスティバルについて（イベント）

今回は「人付き合いのコツ」をテーマに話し合いました。上手な人付き合いをする上で大切なこととして、相手の良いところを覚えておくことや、マナーや挨拶といった心遣いが挙げられました。また、人付き合いでうまくいかなかった際の対処法といった具体的なアイデアを話し合うことも行いました。

次回のテーマは「わいわいフェスティバル」についてです。11月に予定しているかるがも館のイベントに向けて、皆さんのアイデアや行うことについて、ご協力いただける人を募集しております。よろしくお願いします。

9月の休館日は
1、8、15、
22、29日

です★



医師相談（要予約）

本郷先生 9月2日（月）15:00～17:00
田口先生 9月27日（金）15:00～17:00

お仕事相談（要予約）

西部就労支援センター 山田所長
※希望が入り次第の日程調整となります。

第三者委員

浅沼先生 9月10日（火）15:00～16:00

9月のイベント予定

パソコンサロン

日時:9月12日(木)14:00~16:00

場所:かるがも3階

定員:4名(先着順)

内容:インターネット、ワード、エクセル等

申し込みは**予約制**となっております。

9月2日(月)~当日まで、お電話またはセンター受付にて承ります。

パソコンサロンでは、ポスターや表などが作れます。
初心者の方は、キーボードの打ち方からボランティアさんに教わるができますよ。
見学も大歓迎です!



アートサークル

日時:9月23日(月)14:00~15:30

場所:保土ヶ谷区生活支援センター 食堂

定員:12名(先着順)

※申し込みは**予約制**となっております。

9月2日(月)~当日まで、お電話またはセンター受付にて承ります。

講師の先生と一緒に、
パステルや水彩、クレヨン
など様々な画材を使用して
色の世界を楽しみます。



※ イベント開催にあたって

- ・他の参加者と密にならないよう、間隔を空けてご参加ください。
- ・感染予防の観点から、イベント開催時などでフロアの利用人数が多くなる場合には、交代制など工夫もしながら、一度に利用できる人数の調整をさせていただく場合がございます。何卒ご了承ください。
- ・今月のイベントについて変更が生じた場合は、改めて告知させていただきます。

※ イベントは、利用登録された方のみご参加いただけます。あらかじめご了承ください。



イベント報告 ～ナースお茶会～



8月12日のナースお茶会では『夏の疲れを飛ばす方法を考えよう!』というテーマについて皆さんとお話ししました。

まだ夏の疲れは出ていないが、秋ごろになってから夏の疲れが出ないように、疲労回復に良い豚肉や、栄養と水分、食物繊維が豊富な野菜を摂るようにしているなどの話が出ていました。

次回10月のナースお茶会では、「身体の老い」についてお話する予定です。詳細は10月号のセンター便りをご覧ください!

お気軽にご参加ください!



パソコンサロンのご紹介

パソコンサロンは月に一度開催しています。

パソコンで表やポスターが作成できるほか、家計簿の作成や、教材を使ったExcel・Wordの勉強もできます。USBを持参いただいても大丈夫です。

当日はパソコンボランティアの方が来てくださいます。パソコンの起動や入力などの基本操作から教わることもできるため、初めての方もお気軽にご参加ください!

9月開催については、今月号のセンター便り(2面)をご覧ください。

センターからのお知らせ

台風などの自然災害や公共交通機関の大きな乱れなどがあった場合、開館・閉館時間を変更する場合があります。

また、当日の状況によっては、やむをえず、夕食サービスの中止やセンターを休館とする場合もあります。その場合には、できる限り早めの判断をして皆様に告知いたします。ご理解とご協力のほど、よろしくお願いいたします。