

戸塚区生活支援センター

社会福祉法人 聖ヒルダ会 戸塚区矢部町1259-1

2025年11月号

【開館日・時間】

【休館日】

【フリースペース利用時間】

【電話相談時間】

月～金曜日： 9:00～20:00／土曜日： 9:00～17:00

日曜日・年末年始(12/29～1/3) ※祝日は開館しています。

月～金曜日： 10:00～19:00／土曜日： 10:00～16:00

月～金曜日： 12:00～19:00／土曜日： 10:00～17:00



相談専用電話 045-350-5291

代表電話 045-350-5292

Fax 045-390-0850

※予定は変更になる場合があります。お問い合わせは…

お知らせ

こころの病を抱える方の 家族のための教室



◎対象：こころの病(やまい)がある当事者のご家族
(先着15名様まで)

◎日時：令和7年11月7日(金) 13:30～16:00
(13:00～受付開始)

◎場所：戸塚区役所 6階中会議室1

◎内容：長見英知先生
(湘南精神保健福祉士事務所代表)
による講演と質疑応答

◎講演テーマ

「精神疾患の理解と家族としての関わり方」

【申込み方法】

◎戸塚区生活支援センターまでお電話にて
お申し込みください。

☎045-350-5292

月曜日～土曜日 9:00～17:00

【申込締め切り】 令和7年11月6日(木)



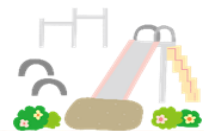
プログラム

◎クリーン活動◎

第1・第3火曜日 11/4(火) 11/18(火) 14:00～

センター周辺、配郷公園の簡単な清掃を行います。

※自由参加です。雨天・荒天時は中止です。



◎音楽のじかん◎

第2土曜日 11/8(土) 13:30～14:30

皆でゆったりと音楽鑑賞をします。

他の人に聴いてもらいたい曲を持ってきてください。

聴くだけの参加もOKです。※自由参加です。



◎月別プログラム◎ 11/24(月) 14:00～15:00

今月は、トランプのじかんです。みなさんと

楽しく真剣勝負でトランプしましょう!!

※自由参加です。



【認定専門公認心理師による相談】

ご希望の方は事前予約をお願い致します。

◎11月22日(土)①14:00～②15:00～

◎対象者：当事者の方・そのご家族の方

◎11月1日(土)より電話予約開始

◎先着2名または2組様 ※初回の方、優先です

【フラワーアレンジメント】

☆講師の方をお招きします。

◎今回はクリスマスキャンドルをイメージした
アレンジメントになります。

《日時》 11月20日(木) 13:30～15:00

《定員》 6名 《参加費》 300円

《申し込み》 11月1日(土)～

定員になり次第終了です



★12月から、土曜日の昼食料金を400円に
値上げさせていただきます。
食材費高騰につき、やむなく値上げをせざるを得なくなりました。
どうぞご了承ください。

11月のプログラム&メニュー

○メニューは、変更になることがあります。ご了承ください。

○食事提供は先着、夕食8名様・昼食10名様とさせていただきます。

○夕食（火・木） 18:00～1食400円

・申込みは、前日9:00から当日15:00までにご連絡ください。

○昼食（土） 12:00～1食300円

・申込みは、前日9:00から当日11:00までにご連絡ください。

○申込時間を過ぎてからのキャンセルは、食事代全額をいただきます。

○悪天候（大雨・落雷・台風・竜巻・大雪など）の場合や、センターの都合により、当日食事サービスを中止にする場合がありますので、ご了承ください。



日	月	火	水	木	金	土
						1
						<昼食> 豚肉と大根の やわらか煮
2	3	4	5	6	7	8
休館日		クリーン活動 14:00～ <夕食> 鶏の照り焼き		<夕食> 煮込み ハンバーグ		音楽のじかん 13:30～ 14:30 <昼食> チキンライス
9	10	11	12	13	14	15
休館日		<夕食> さわらの 粕漬け焼き		<夕食> とんかつ		<昼食> 五目 チャーハン
16	17	18	19	20	21	22
休館日		クリーン活動 14:00～ <夕食> 親子煮		フラワー アレンジメント 13:30～ 15:00 <夕食> シューマイ		公認心理師相談 ①14:00～ ②15:00～ <昼食> 塩焼きそば
23	24	25	26	27	28	29
30	トランプのじかん 14:00～ 15:00					
休館日		<夕食> 回鍋肉		<夕食> 豚肉の柳川風		<夕食> ポーク チャップ