

みなみ風だより

開館時間 火・水・金 13:00~20:00
土・日・祝 10:00~17:00



6月の開館について

6月の開館スケジュールに変更はありません。
梅雨の時期、季節の変わり目なので、
体調管理にお気を付けください。

新型コロナウイルス対策について

- ・来館される前に、ご自宅で検温していただき 37.0℃以上ある場合はご利用をお控えください。
- ・発熱した、風邪症状が疑われるなど 体調に不安がある方は電話にて来館前にご相談ください。
- ・来館の際は マスクの着用にご協力ください。面談時とプログラム参加の際はマスクの着用をお願いいたします。
- ・ 大きな声での会話はお控えください。
- ・ 人との距離は適度にお取りください。引き続き手洗いの励行をお願いします。

みなみ風場所貸し再開のお知らせ

新型コロナウイルスの影響により、中止しておりました施設の場所貸しを、7月より再開いたします。

貸出対象は、精神保健福祉に関する内容で、原則グループで活動される方です。利用には、予め場所貸しの利用登録が必要ですので、詳しくは職員までお問い合わせください。ご利用いただける日時は月によって異なります。ご了承ください。

キッチン開放日

調理機器の充実したみなみ風のキッチンを活用しませんか。器具の使い方や、食材の切り方などは職員に確認できます。一緒に料理を楽しみましょう。

日時:6月11日(日) 10:30~12:00

☆必要な食材は持参してください。

不明な点は職員までお声掛けください。

台所の床 ~食に関する連載コラム~

私は台所の床。私の上で調理する人が私のパートナー。ふたりはある日入れ替わった。あの人が「床になりたい。」と乞い願ったのだ。替わった当初は、どこにでも行ける、自由だと思っていたが、実際はどこにでも行けるわけでもなく、生活のためこの家にとどまり、少しでもお金をくれるところに働きに出ている。帰ってきたらお金を浮かせるため毎日台所に立ち料理をしている。どこか遠くの街に行って一人で暮らすとしたらもっとお金が必要で、もっと働かなくてはいけない。そうなったらきっと疲れ果て料理もできなくなるのではないか。大根を切りながら考えた。家で料理するのは平凡なことではない。「生きるため労働や雑事で疲れて終わりの人生ではない!」「自分にはもっと他にもあるんだぞ!」という叫びに近いと思った。

6月のカレンダー

月	火	水	木	金	土	日
			1 休館日	2 編み物・手芸 14:00~15:30	3 月に1回カレーの日♥ 10:00~13:00 市民相談♥ 13:00~14:00	4 清掃ボランティア 10:30~11:00 外出企画 11:30~12:30
5 休館日	6	7 「つくし」△ 13:30~15:30 職員会議 18:00~	8 休館日	9	10 メイクの時間♥ 10:30~12:00 同世代交流会 13:30~15:00	11 キッチン開放日 10:30~12:00 ピア相談♥ 13:00~15:00
12 休館日	13	14 「つくし」△ 13:30~15:30 職員会議 18:00~	15 休館日	16 きまぐれ ナイトシアター 17:40~19:30	17 生保交流会 10:30~12:00 作って食べよう!♥ 14:00~17:00	18 ゆったり散歩 10:30~12:00 外出企画 12:00~13:00
19 休館日	20	21 「つくし」△ 13:30~15:30 職員会議 18:00~	22 休館日	23	24 家族の集まり 10:30~12:00 ピア相談♥ 13:00~15:00 キャリアカウンセリング♥ 14:00~16:00	25 HealAthCLUB 11:00~12:00
26 休館日	27	28 「つくし」△ 13:30~15:30 職員会議 18:00~	29 休館日	30	♥:事前申し込み制 △:固定メンバー制	

❖市民相談の日❖

当センターには登録をされていない市民の方を対象に精神保健福祉に関する相談をお受けしています。
毎月第1土曜日の開催です。
ご希望の方は事前にご予約下さい。

日時：6月3日(土) 13:00~14:00
場所：みなみ風相談室
申込：受付またはお電話でご予約下さい。

❖家族の集まり❖

雨の季節となりましたがいかがお過ごしですか。
日頃思っていることや知りたいなど思うことなど、みなみ風でお話ししませんか？気軽にご参加ください。お待ちしております♥

日時：6月24日(土) 10:30~12:00
場所：みなみ風 ボランティア室
※申込は不要です。当日みなみ風へお越しください。

発行：社会福祉法人かむ

相模原市立南障害者地域活動支援センター

相模原市南区南台 4-12-54 市営南台団地 4号棟 1階

TEL(相談):042-701-3917 TEL(事務):042-701-3932 留守番電話:042-701-3918

ホームページ URL : <https://www.sagami-portal.com/hp/dnt10119/>



🍲 月に1回カレーの日 🍲

毎月第1土曜日はカレー曜日。集まった皆さんで
買い物・調理・後片付けの役割分担をして、
色々なカレーを作りましょう。

今月のカレー:「キーマカレー」

日時:6月3日(土) 10:00~13:00

定員:15名 費用:400円

予約:電話(留守番電話可)または受付

締切:6月2日(金)20時まで

※それ以降のキャンセルは、費用をいただきます。

清掃ボランティア

~南台団地周辺のゴミ拾いをしましょう!~

日時:6月4日(日)
10:30~11:00

みなみ風受付に集合。雨天時は中止となります。



✦メイクの時間✦

今月はテーマを決めず、やりたいメイクに挑戦です。
好きな女優さんのメイクを真似るもよし、新発売コス
メを使うもよし。初参加の方もお待ちしております♪

日時:6月10日(土) 10:30~12:00

場所:ボランティア室 定員:4名

持ち物:メイク用品、鏡、等

(感染症対策のため貸し出しは致しません)



🍲 作って食べよう!おいしいご飯 🍲

「帰ってきたロコモコ」

ロコモコは白いご飯にハンバーグと目玉焼きをのせて
グレービーソースをかけたものが定番スタイル。
それにサラダを一緒に盛り付けたハワイ名物です。
ポテトサラダとコンソメスープも一緒に作ります。

日時:6月17日(土) 14:00~17:00

定員:5名 費用:500円

予約:電話(留守番電話可)または受付

締切:6月14日(水)まで

※それ以降のキャンセルは、費用をいただきます。

HealAthCLUB(へらすクラブ)

健康維持・健康増進のために、新しい自分になるため
に、挑戦していること、挑戦してみたいことはありませんか?
プログラムを通してみんなで頑張りましょう!
Let's Health! いやいや、レッツ 減らす!

日時:6月25日(日) 11:00~12:00

場所:みなみ風 ボランティア室

編み物・手芸

日時:6月2日(金)
14:00~15:30

場所:ボランティア室

持ち物:かぎ針・棒針・毛糸

(持っていない方にはお貸しします。)

*個人的に作りたいものがある方は材料をご持参
ください。*初心者の方も大歓迎!!



ゆったり散歩

日時:6月18日(日) ※雨天中止
10:30~12:00

集合:みなみ風受付前

持ち物:飲み物、タオル

※今月はゆったり散歩です。

集まった皆様で行き先を決めます。

🎭 きまぐれナイトシアター 🎭

「蒲田行進曲」

『カメラを止めるな!』の上田慎一郎監督が、「映画づくり
を描いた映画の傑作。」と語る、深作欣二監督の作品。
原作者つかこうへいが映画の脚本も手がけ、舞台と同様に
大きな話題となり、この年度の映画賞をたくさん受賞し
ました。作品の舞台は、『新選組』の撮影が行われている
京都の撮影所。土方歳三を演じる花形スター銀四郎と大
部屋俳優ヤスの奇妙な友情、そして二人の間で揺れ動く
女優小夏姿が描かれます。主題曲でもある『蒲田行進
曲』は、きっと皆さんが聞いたことのあるメロディーです。

(1982年 109分)

日時:6月16日(金) 17:40~19:30

ご予約なしでご覧いただけます。

新しいスクリーンでお楽しみください。

キッチン面談

調理したい食材などを持参してください。90分を目安に職員と一緒に調理します。相談しながらお料理を、お料理しながら相談を。予約などの詳細は職員までお声掛けください。

生保交流会

日時：6月17日(土)
10:30~12:00
場所：ボランティア室
対象：生活保護受給中の方

☆健康や暮らし、仕事やマイブームなど気軽に話してみませんか。

外出企画

外出予定はいよいよ来月。7月のおたよりに向けて準備を進めています。どこに行くのかはまだ決まてはいませんが、チラシやしおり作り等まだまだ準備することがいっぱいありますよ～。一緒に行きたいけど、金銭管理が心配な方もご参加下さい。自分に合った管理方法も一緒に考えてみませんか。

※4月~6月にミーティングをして、7月に出かけます。ミーティングすべてに参加する必要はありませんので、気軽に参加してください。

日時：6月4日(日) 11:30~12:30
18日(日) 12:00~13:00
(18日はランチミーティングになります)
場所：ボランティア室

同世代交流会

「35歳~49歳集まれ」

就職氷河期世代からゆとり世代をまたぐ年齢。個人的には年を取ったな~と思うけど、先輩からはまだまだ若いと言われ、後輩からはオジサン扱いされる何となく宙ぶらりんな世代。そんなメンバーで集まって、自由気ままにお話しませんか。聞くだけの参加もちろんOKです。

日時：6月10日(土) 13:30~15:00
場所：ボランティア室
(今月は35才~49才の方がご参加いただけるプログラムです。)

キャリアカウンセリング

仕事をしたいと思っても何から始めれば良いか迷ってしまいませんか？ ハローワークに行くのはハードルが高い。今更こんなこと聞けない。自分のアピールポイントって何だろう？履歴書の書き方は？など、一人で考えないで話に来ませんか。相談というほどでなくても、漠然とした気持ちで話していただいても大丈夫です。キャリア支援のプロがマンツーマンで話を聞いてくれます。

日時：6月24日(土) 14:00~16:00 (時間予約制：①14:00~ ②15:00~)
場所：みなみ風ボランティア室 定員：4名

※予約制とさせていただきます。空きがある場合は当日受付も可能ですが、予約の方を優先とさせていただきます。

♣ピア相談♣

ピア相談では、同じ悩みや病気を持つピアカムメンバーが相談室で皆さんの話を聞きます。どなたでも気軽にご相談ください。

相談日：1回目 6月11日(日) 2回目 6月24日(土)

時間：13:00~15:00 ※予約枠は1日3枠となります。

① 13:00~ ②13:40~ ③14:20~ (相談時間は30分程度です)

場所：みなみ風 相談室1 申込方法：電話または当日受付へお申し込み下さい。

ピアカムメンバーは電話相談も受けています ☎090-2535-5925
受付時間：火曜日・金曜日 17:00~19:00 (相談時間30分)