

# 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

FESTA みなみ風の出演者を募集します。  
詳しくは中面をご覧ください。



## 9月の開館について

9月18日(月・祝) 祝日開館日  
→ 9月19日(火) 振替休館日

※開館日が変更になります。お間違えの無いようにご利用ください。

## 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。

### ❖ 実習生受け入れのお知らせとお願い ❖

期間: 8月22日(火)~9月23日(土・祝)

→ 社会福祉士の実習生を受け入れます。

9月27日(水)~ (毎週水曜: 3名)

→ 医学部の実習生を受け入れます。

※不在の日もあります。

人材育成へのご理解、ご協力をよろしくお願い致します

### 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: 9月10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。今は家の人に床になってもらい、東京生活をしている。どんなものを食べているのか報告しなさいと田舎からの電話。居候させてもらっているアパートの人は料理上手で、栄養のバランスがよいものを用意してくれる。朝は必ず、季節の野菜・乳製品・納豆。夕食は懐かしの家庭料理。昼食はランチ巡り。しかし飽きてきた。活きのいい野菜や海産物を食べたい。牛乳を飲みたい。ご飯も味噌汁も田舎の方が美味しかった気がする。これはホームシックか?寂しくなったのか?アパートの台所の床が話し相手。東京の話。田舎の話。「俺も田舎の台所の床に生まれたかったなあ。」遠くを見るような目でぼそっと言った。彼を連れて田舎に帰りたい。でもどうやって…。まず東京のアパートの床になりたい人を探そう。

# \*9月のカレンダー\*



月	火	水	木	金	土	日
				1 編み物・手芸 14:00~15:30	2 月に1回カレーの日♥ 10:00~13:00 市民相談♥ 13:00~14:00	3 清掃ボランティア 10:30~11:00 外出企画 11:30~12:30
4 休館日	5	6 「つくし」△ 13:30~15:30 職員会議 18:00~	7 休館日	8	9 メイクの時間♥ 10:30~12:00 鉄ヲタ集合 13:30~15:00	10 キッチン開放日 10:30~12:00 ピア相談♥ 13:00~15:00
11 休館日	12	13 「つくし」△ 13:30~15:30 職員会議 18:00~	14 休館日	15 さまぐれ ナイトシアター 17:50~19:40	16 生保交流会 10:30~12:00 作って食べよう!♥ 14:00~17:00	17 しっかり散歩 10:30~12:00 外出企画 12:00~13:00
18 祝日開館日	19 振替休館日	20 「つくし」△ 13:30~15:30 職員会議 18:00~	21 休館日	22	23 家族の集まり 10:30~12:00 ピア相談♥ 13:00~15:00 就労ミーティング 14:00~15:00	24 HealAthCLUB 11:00~12:00
25 休館日	26	27 「つくし」△ 13:30~15:30 職員会議 18:00~	28 休館日	29	30	

## ❖ 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：9月2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 ❖

残暑厳しい折、皆さまお元気にお過ごしでしょうか。日頃思っていることや知りたいなどと思うことなど、みなみ風でお話しませんか？気軽にご参加ください。お待ちしております♥

日時：9月23日（土・祝）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:「ミートボールカレー」

日時:9月2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30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:9月3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好きなメイクをしましょう。  
定番メイクでも、新しいコスメを使うだけで印象が  
変わります。皆様のご参加お待ちしております♪

日時:9月9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🍱

「少ない調味料で作るおかず」

家に調味料が少なくても、おいしいおかずは作れます。  
焼き肉のタレでそぼろ豆腐を、片栗粉と塩コショウで玉ねぎのモチモチ焼きを、麺つゆとみりんのでピーマンの煮びたしを作ります。ご飯とナメコの味噌汁も用意して、定食を作りましょう。ご参加ください。

日時:9月16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:9月13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:9月24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:9月1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!!



## しっかり散歩

日時:9月17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

※今月はしっかり散歩です。

当日集まった皆様で行き先を決めます。  
暑さ対策はしっかり行って下さい。

## 🎭きまぐれナイトシアター🎭

# FIELD OF DREAMS

~フィールド・オブ・ドリームス~

アイオワ州の片田舎で農場を営むレイは、ある日の夕方、農作業の最中に「それを作れば彼がやってくる」という不思議な声を聞きます。そしてある時、トウモロコシ畑の中に野球場の幻を見ます。そしてそして、レイはトウモロコシ畑を潰して野球場を作り始めるのです。突拍子もないストーリーに野球の魅力が絡んで現実味を加え…。引き込まれるような、素敵なファンタジー映画です。 1989年(107分)

日時 9月15日(金)17:50~19:40

予約は不要です

新しいスクリーンでご鑑賞ください

## 就労ミーティング

日時：9月23日(土)  
14:00~15:00  
場所：ボランティア室  
対象：就労中の方、求職活動中の方

☆仕事についてのやりがいや困り感などを集まった皆さんで共有しましょう。

## 生保交流会

日時：9月16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

7月は初めての外出企画として「イオンモール座間」へ行きました。次回は11月に外出します。

先月のミーティングでは、近場であまりお金がかからない場所として、「相模原麻溝公園ふれあい動物広場」が次回外出の候補となっています。ミーティングの時間を使って、バスの時間や営業時間などを調べます。

1人で外出するのは不安、誰かと一緒なら行けるかもという方、ぜひ一緒に外出してみませんか？

日時：9月3日(日) 11:30~12:30  
17日(日) 12:00~13:00  
(17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

## 鉄ヲタ集合

「乗り鉄・撮り鉄・音鉄なんでもござれ！」

鉄道好きなら誰でもOK。乗るのが好きでも、模型やプラレールが好きでも、鉄道番組が好きでも、鉄道に関する自分が好きなことを話しませんか。鉄道一色の楽しい集まりにしましょう。でもでも、盛り上がりすぎて一人で喋りすぎないように注意しましょうね。多くの方の参加をお待ちしております。

日時：9月9日(土) 13:30~15:00  
場所：ボランティア室  
(今月は年齢・性別を問わず、鉄道が好き・興味がある方が参加いただけるプログラムです。)

## FESTA みなみ風 参加者募集

今年度は10月22日(日)に4年ぶりにFESTA みなみ風を開催することになりました。以下の通り、参加者を募集します。

### ①出演者募集

利用者ステージでパフォーマンスしてくださる方を募集します。演奏、歌唱、一芸披露などなんでも構いません。詳しくは職員までお問い合わせください。

### ②フリーマーケット出店者募集

外のスペースでフリーマーケットを行ってくださる方を募集します。当日の運営は全てご自身でお願い致します。詳しくは職員までお問い合わせください。

## ❖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お話を聞きます。どなたでも気軽にご相談ください。

相談日：1回目 9月10日(日) 2回目 9月23日(土・祝)

時間：13:00~15:00 ※予約枠は1日3枠となります。

① 13:00~ ② 13:40~ ③ 14:20~ (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)