

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



11月の開館について

11月3日(金・祝) 祝日開館日 10:00~17:00

⇒時間の変更のみ

11月23日(木・祝) 祝日開館日

→ 11月24日(金) 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:10月29日(火)~11月19日(日)

→ 精神保健福祉士の実習生を受け入れます。

10月25日(水)~(毎週水曜)

→ 医学部の実習生を受け入れます。

人材育成へのご理解、ご協力をよろしく申し上げます

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:11月12日(日) 10:30~12:00

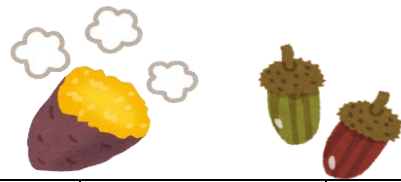
☆必要な食材は持参してください。

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~

白菜市の日がようやく決まった。朝刊にチラシが挟まっていた。北に向かって途中から東に折れてまっすぐ行くとその場所にたどり着く。農家が多い地域だ。数年前に一度行ったときは、晩秋の朝6時から始まり豚汁のサービスがあった。暗い朝なのに大勢集まりお祭りみたいだったよと、聞いた。私は台所の床だからもちろん白菜市には行けないし、豚汁も食べることができない。しかし白菜市の日、隣の部屋に大勢の白菜たちが集合する。彼らの一部は塩漬けされ、そのまた一部がキムチに使われる。白菜市が始まるということは、我が家がキムチ作りに向かって張り切り始めるということだ。酔っぱらっているわけではないのだろうが、みんな今年の白菜の出来を笑いながら声高に喋り合う。東京での生活を経験してきた私には、白菜市に燃える人々がとても愛おしく見える。表参道の枯れ葉舞う道ではなくて、田舎の高齢者が舞う道に朝陽が射す。キムチは家族に野菜を美味しく食べさせる知恵と愛情が詰まっている。下から作業姿を見守っている。

11月のカレンダー



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

♥: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:11月4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 ❖

季節も進み空気もひんやりしてきましたが、皆さまいかがお過ごしでしょうか。日頃思っていることや知りたいなと思うことなど、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:11月25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:「秋野菜ゴロゴロカレー」

日時: 11月4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: 11月3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: 11月5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✦

コンシーラーやアイシャドウには種類があり、使い
方も様々です。お持ちのコスメがどのような使い方
ができるのか、ぜひ一緒に試してみませんか♪

日時: 11月11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🍷

「秋鮭のホイル焼き定食」

山菜の炊き込みご飯に豚汁。メインは鮭のホイル焼
きを作ります。副菜にお浸し。全部にキノコを使った
キノコ定食が裏テーマ。秋の味覚を楽しみましょう。

日時: 11月18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: 11月15日(水) 18時まで

※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: 11月26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: 11月3日(金・祝)
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: 11月19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🍷

ワンダーストラック

WONDERSTRUCK

会いたい人を探しに行く二人の子供たちの二つの
物語。1927年の物語はモノクロのサイレント映像で主
人公は豊者のローズ。1977年の物語はカラー映像で
主人公は母を亡くしたベン。船に乗り、バスに乗り、ニ
ューヨークに辿り着いた二人の居場所を探す旅は、や
がて一つの物語になります。

「ユゴーの不思議な発明」のブライアン・セルズニック
の小説を、「キャロル」「ベルベットアンダーグラウンド」
のトッド・ヘインズ監督が映画化した作品です。

2017年(117分)

日時 11月17日(金) 17:40~19:40

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：11月25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：11月18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。

さがみハート展 ~詩と絵画のコラボレーション~

精神障害当事者が書いた詩をモチーフに市内の画家が描いた作品を同時に展示する「さがみハート展」が、今年も相模原市民ギャラリーにて開催されます。

詳しくはさがみハート展のホームページか、みなみ風においてありますチラシをご覧ください。

日時：11月30日(木)~12月4日(月)10:00~17:00
(初日：11月30日(木)13:00~/

最終日：12月4日(月)~15:00)

会場：相模原市民ギャラリー

推しの一冊を持参して 集え漫画好き

大好きな漫画の第一巻。この巻にはアツいシーンが載っている、忘れられないセリフがある。涙涙の最終巻。一冊になんて絞れないとは思いますが、大好きな作品を持ち寄って語り合しましょう。

☆あまり刺激の強い作品はご遠慮下さい☆

日時：11月11日(土)13:30~15:00

場所：ボランティア室

(年齢・性別を問わず、漫画が好きな方・新たな世界の扉を開きたい方が参加いただけるプログラムです。)

外出企画 ~相模原麻溝公園でゆったり過ごそう!~

木々の紅葉とともに、今年も終わりが近づいてきましたが、皆様いかがお過ごしでしょうか。様々な想いを胸に、相模原公園を訪れて、紅葉と緑に思いをはせてみませんか。

日時：11月23日(木・祝)10:20~16:00 定員：4名(11月22日(水)18時までに申込ください)
場所：相模原麻溝公園 交通費：900円(バス往復代) その他昼食代などで約1,000円かかり、実費となります。
10:20までにみなみ風に集合し、その後バスで相模原麻溝公園へ。初参加の方もお待ちしております!

ミーティングもありますので、是非ご参加ください。

日時：11月5日(日)11:30~12:30 / 19日(日)12:00~13:00(ランチミーティングです)

場所：ボランティア室

♣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 11月12日(日) 2回目 11月25日(土)

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)