

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



2月の開館について



2月12日(月・休) 祝日開館日 → 2月13日(火) 振替休館日
2月23日(金・祝) 祝日開館日 10:00~17:00

※開館日・開館時間に変更になります。
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:2月14日(水)~2月24日(土)

→ 社会福祉士の実習生を受け入れます。

2月17日(土)~3月10日(日)

→ 精神保健福祉士の実習生2名を受け入れます。

人材育成へのご理解、ご協力をよろしく申し上げます

~節分祭に行きましょう~

二宮神社で行われる豆まき式に参加して、この1年の邪気を払い、無病息災を願いましょう。地域のイベントに参加して季節を感じてみませんか。

日時:2月3日(土) 14:30~16:00

場所:二宮神社



台所の床 ~食に関する連載コラム~

私は台所の床。この家の料理を見守ってきたが最近変わったことがある。みんなこの家から出て高校生の次男だけが一人残され自炊をするようになったことだ。両親は仕事場で寝泊まりし、長男は東京暮らし、二人の娘は地元でのアパート生活に移行。高校に入学し生活に慣れた頃を見計らって、みんな家を出た。と言っても、長男は大学の春休みだから帰省するだろう。次男は料理の才能があると、私は見込んでいる。なぜなら食いしん坊だから。小さいころから調理の様子を間近で見してきたから。もっとも盗み食い目的だったが。今日は沢山の材料を買い込んできた。献立を決めてから買い物するのではなく、食べたいものを買ってそのあとに調理法を考えるやりかたらしい。大根を煮込み始めた。肉のブロックも、魚も丸ごと煮込んでいる。フランス料理っぽいのを食べたいとつぶやいた。バター、卵、牛乳。地元の野菜…。「キッシュだ!!」と叫んだ。メニューが決まった。バター、ベーコン、玉葱、ほうれん草、ミルク、卵、牛乳、チーズ…。耐熱皿。

2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 節分祭 14:30~16:00	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 障害者施策の見直しなどに関する意見交換会	7 「つくし」△ 14:00~15:00 職員会議 18:00~	8 休館日	9	10 メイクの時間♥ 10:30~12:00 集い 13:30~15:00	11 祝日開館日 キッチン開放日 10:30~12:00 ピア相談♥ 13:00~15:00
12 休日開館日	13 休館日	14 「つくし」△ 14:00~15:00 職員会議 18:00~	15 休館日	16 きまぐれ ナイトシアター 17:30~19:40	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」△ 14:00~15:00 職員会議 18:00~	22 休館日	23 祝日開館日 外出企画♥ ホテルビュッフェでランチバイキング そして街散策 10:30~16:00	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」△ 14:00~15:00 職員会議 18:00~	29 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: 2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 ❖

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: 2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/>



相模原市の職員来訪!!

障害者施策の見直しなどに関する意見交換会開催!!

〈担当課より〉市では障害者施策の見直し及び転換として、既存の事業の一部を見直して新規事業へと転換していくこと進めており、これに関して広く当事者の御意見をお聴きしたいと考えています。

日時：2月6日(火) 15:00~16:00

場所：みなみ風 ボランティア室



✦メイクの時間✦

今月はバレンタインにちなんだメイクです。透明感と艶のあるベース、ブラウンやレッドなどを使った目元で、バレンタインを楽しみましょう♪

日時：2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)



🍷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：「ハートカレー」

♡形も意気込みもハートフルなカレーです♡

日時：2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：2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：2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。



🍷作って食べよう!おいしいご飯🍷

「ハートシチュー」

寒さ厳しい季節にあったかあ~いハートシチューで体も心も温めましょう。

日時：2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：2月14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：2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：2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!!



🍷きまぐれナイトシアター🍷

南極料理人

寒い冬にもっともっと寒~い南極のお話。

極寒の南極ドームふじ基地にやってきた8人の観測隊員の一人、西村は隊員たちのために毎日の食事を作る料理人として派遣されました。

南極で悪戦苦闘する隊員たちが、美味しい食事を囲み一緒に過ごしながら次第に絆を深めていく癒し系人間ドラマ。南極観測隊員西村淳のエッセイ「面白南極料理人 笑う食卓」が原作です。

(2009年、125分)

日時 2月16日(金) 17:30~19:40

予約は不要です
新しいスクリーンでご鑑賞ください

ゆったり散歩

日時：2月18日(日) 10:30~12:00

集合：みなみ風受付前

持ち物：飲み物、タオル

※今月はゆっくり散歩です。雨天中止です。

当日集まった皆様で行き先を決めます。

生保交流会

日時：2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。

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いませんか？相談というほどでなくても、漠然とした気持ちでも大丈夫です。キャリア支援の経験者がマンツーマンで話を聞いてくれます。

日時：2月24日(土) 14:00~16:00

(時間予約制：①14:00~ ②15:00~)

場所：ボランティア室・多目的室 予約枠：最大4名

第3弾 外出企画

町田のホテルビュッフェでランチバイキング そして街散策

～日常から抜け出して新発見の旅に出よう!!～

2月23日(金・祝) 10:30みなみ風集合!

内容／小田急相模原駅10:54または11:04乗。町田駅下車。レンブラントホテルまで線路沿いの道をまっすぐ歩いてホテル内のレストランバームツリーへ。北海道フェア開催中。時間制限なしで冷製も温製もデザートもドリンクも自由に召し上がれ。(11:30~14:00) そのあとは15時半頃まで町田の街を散策しみなみ風に16時頃到着。

費用：電車代 往復340円、食事代：2800円(65歳以上は2600円)。定員6名(2名以上の申し込みで実施)。申し込み締め切りは2月16日(金)です。申し込み締め切り後のキャンセルは、キャンセル料を実費頂戴いたします。

オリンピックの集い

あなたの記憶に残るオリンピックは何ですか？思いで深い選手やパフォーマンスはありますか？今年のパリ五輪で期待することは？

浅田真央、陸上男子リレー、内村航平、東洋の魔女、ロコソラーレ、羽生結弦、スキーノルディック複合リレー、ミュンヘン男子バレー……。

自由に語り合い、楽しみましょう!

日時：2月10日(土) 13:30~15:00

場所：ボランティア室

(年齢・性別を問わず、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。)

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：2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。

外出企画

今月23日のホテルバイキングについて詳細を確認するだけでなく、来年度についても話せたらと思います。ミーティングのみの参加でもOKです♪

日時：2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

♣️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 2月11日(日) 2回目 2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)