

【場所】センター1階 多目的室
「スマイル事業」

令和4年(2022年)

8月

横浜市寿町健康福祉交流センター
は、**第四日曜日が休館日**です。

「工芸クラブ」のお知らせ
8月は「染め紙でつくる朝顔のうちわ作り」です。
【日時】8月8日(月)
午後1時30分～午後2時30分



「頭脳クラブ」のお知らせ
脳トレは、日常生活では味わえない刺激を提供してくれます。頭の体操をしませんか。
【日時】8月9日(火)
午後1時30分～午後2時30分

「書道クラブ」のお知らせ
好評の書道クラブのお知らせです。初心者の方も得意な方も大歓迎です。講師からの添削指導もあります。
【日時】8月29日(月)
午後1時30分～午後2時30分

寿交流センター2階
翁湯
13:00～21:00
日曜・元旦休業

①		②★	③
		④★	
⑤	⑥		★
	⑦	★	⑧
⑨			⑩★

【タテのカギ】

- 8月の和風月名
- 陸地が海・湖・川などと接するあたり水際
- アルゼンチンから起こった四分の二拍子のダンス曲
- そのものの働きが十分に保てるように全体にわたって気を配り取り仕切ること
- 海上遠く離れてポツンと一つだけある島
- 師匠から教える人

【ヨコのカギ】

- 布等を縫う、細くて先のとがった金属製の道具
- 英語に訳すとNorth「ノース」
- 価値や力量など実際よりも高くみて、信頼しすぎること
- すでに結婚していること
- 適を防ぐための小さい城、「さいごの〇〇
- 積み重なっているもの、重なり、「〇〇をなす」
- 塩化ナトリウムを主成分とする白い結晶体

「★」の部分を選び替えてできる言葉が答えです

・答えが分かったら、図書コーナーで景品をもらおう♪

※前回の答え：カイスイヨク

日	月	火	水	木	金	土
	1	2 寿de健康 クラブ	3	4	5	6
7	8 工芸クラブ	9 頭脳クラブ	10 アレンジボウリング&輪投げ	11 山の日	12	13
14	15	16 寿de健康 クラブ	17 スマイルゴルフ &バター	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28 休館日	29 書道クラブ	30 寿de健康 クラブ	31			

【スマイル事業の参加方法】

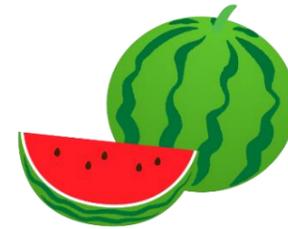
センター1階多目的室前に掲示してある参加申込書に氏名をお書きください。(無料です)
※感染症対策のため**19名まで**(多目的室15名、作業室4名)でおこないません。



「寿de健康クラブ」について

みんなで楽しく、体を動かしましょう。見学だけでも大歓迎、気軽にご参加ください。雨でもやります。参加してみたい方は、直接センター1階エレベーター付近へ、13:30頃お越しください。持ち物不要、動きやすい靴と服装で参加費無料です。

健康コーディネート室 ☎306-6707



いぶき



2022年8月
No.200

●詳しい情報は⇒

寿交流協



公益財団法人
横浜市寿町健康福祉交流協会



中華街街路清掃



関内駅前清掃

寿交流サポート事業 (中区委託事業)



シトラスリボン(新型コロナに感染された方や、医療従事者への差別防止啓発リボン)づくり



作業場所への移動風景

私たちにお手伝いできることがありましたら、
どうぞお気軽にご連絡・ご相談ください。

◆ボランティア活動を通じた、社会参加・健康づくりに取り組んでいます。
現在の主な活動内容:清掃、花だん整備、草刈り(関内駅周辺・石川町駅周辺、中華街)、各種作業
※活動内容や時間帯など、詳しくは協会までお電話(4面に番号記載)ください。

特集 寿町健康福祉交流センター登録団体活動紹介① 『特定非営利活動法人 市民の会 寿アルク』の巻(3)
～アルコール等に依存せず“人生の主人公”になるために～ 文：事務局長 中路 博喜

アルコール依存症の方々の回復を支援する施設である寿アルク。特集の第三回目(最終回)です。

4 アルクのプログラムとは？生活はどう変わる？

アルクの入口は、第1アルク・デイケア・センター松影です。アルクには全部で5つの施設がありますが、松影でのプログラム実施を基礎としてアルク内の他の施設への進展(移動)を考えます。どの施設も365日開所しています。プログラムは朝9時から午後3時まで。基本となるのがミーティングです。AAのプログラム(12ステップ)に基づき自分の過去に向き合い、他の利用者の赤裸々な過去の物語を聞き、“気づき”を重ねるうちに生きる希望が育ちます。仲間意識が芽生え、仲間の顔を見れば依存対象への欲求が消えるようになりますと言います。そのほか様々なレクリエーション、アルク全体での交流、地域活動、他の回復施設との交流、など、今はコロナのために中止しているものもありますが、季節感のある年間行事を含む豊かなプログラムです。



地域の公園の草花を世話しています

5 アルクを利用するためには？

アルクには、区役所生活支援課、生活困窮者自立支援施設、更生施設、公的な機関、医療機関などのルートを通じて、様々な種類の依存症に苦しむ利用者が集まってきました。アルクを利用したい方は、担当ケースワーカーの方や相談機関などに相談するか、直接寿アルクの施設にご相談ください。アルクは自分の人生・生き方を変える施設です。ぜひ、寿地区の貴重な社会資源をご活用いただければと思います。スタッフ一同、心を込めて支援させていただきます。



コロナ対策の防護服製作の作業

市民の会 寿アルクでは、アルコール依存症などの依存症本人若しくはご家族からの相談活動を行っています。

※関心のある方は045-226-2808までどうぞ。 9:00～17:00 月～金 (土・日・祝日はお休み)

8/11(木)は「山の日」にちなみ、8/8(月)～8/13(土)の期間中、「山の写真」「山のイラスト」「アウトドアメーカーの現物」「山の本」など山に関係のある物を持って来て、職員に披露してくれた方に

アイス を差し上げます!

※限定15名様限り9:00～16:00の時間に図書コーナーまでどうぞ。



急な病気やけがで迷ったときは…
#7119
または 045-232-7119
「救急受診できる病院・診療所」
「今すぐに受診すべきか救急車を呼ぶべきか」
を電話相談できます!!
緊急時は すぐに 119 番
パソコン・スマートフォンから
横浜市救急受診ガイド 検索
中消防署・中火災予防協会

寿労働センター (かながわ労働プラザ内)

技能講習募集のおしらせ

大型1種 募集期間 受付選考日
自動車免許 8/5(金)～8/12(金) 8/17(水)

※募集期間に電話での申込が必要です。上記以外にも受講科目がありますので、詳細はお問合せください。技能講習班 ☎045-662-5862

センター診療所だより ～ 飯島新所長のご紹介 ～

「はじめまして。2022年4月より、新しく所長として赴任した飯島達行と申します。

兵庫県で生まれ、大学は佐賀県へ、医師としては東京、川崎と関東を中心に働いてきましたが、この度、寿町には初めて訪れました。寿町という地域だけではなく、これまで佐伯先生、緒形先生が形作ってこられた診療所の歴史の重みを感じながら、皆様のために医師として何が出来るかを、一緒に考え、学んでいけたらと思っています。



※撮影用にマスクははずしています

今回、私だけではなく、家庭医療や総合診療、他、それぞれ幅広い分野に精通しておられる優秀で個性的な先生方が一緒に働いてくださることになり、地域の皆様にとって、より良い診療所としていけるように共に努力していきたいと思っています。

今困っていることや体調の改善だけではなく、5年後・10年後の生活、さらにその先の未来のこと、誰にも訪れる命の終わりをどう迎えるか、そもそも健康や幸せって何なのか、そういうところまで皆さんと一緒に考え、そのためのお手伝いをさせていただけたらと日々思っています。よろしくお願いします。」

横浜市寿町健康福祉交流センター **診療所**

8/15(月)～8/19(金)の夏季診療体制

	8月	15(月)	16(火)	17(水)	18(木)	19(金)
内科	原則として、救急患者と初診患者のみ受付けます					
精神科	休診					

ご不便をおかけいたしますが、何卒、ご理解のほどお願い申し上げます。



七夕飾りの展示 を行いました。

(6月20日～7月7日)

7月7日の七夕に合わせ、交流センター内に短冊や折り紙飾りのついた笹と、くす玉の吹き流しを2Fからつるし、賑やかな七夕を演出しました。交流センター利用者の方が自由に願いごとを書ける「短冊記入コーナー」も設けました(ラウンジ内、健康コーディネート室)。コロナの終息やウクライナの平和、お金持ちになれますように…など、人それぞれの願いが短冊に綴



られていました。今年は梅雨明けが早く暑さの厳しい日が続く中でしたが、彩り豊かで涼しげな七夕を楽しんでいただけたのではないかと思います

～地区の活動団体さん紹介～

働きたい！を応援する
特定非営利活動法人
寿クリーンセンター さん



寿地区の団体、障がい者、失業者の仲間で作成した仕事づくりの場として設立されました。引っ越し、各種掃除片付けなど、一人ではできない作業のお手伝いを事業としている法人です。



服・靴・日用品がたくさん!



寿クリーンセンターさんでは、毎月支給日後の1～2日間と偶数月の年金支給日後に**バザー**を開いています。掘り出し物が手軽なお値段で売りに出されています。見に行ってみてはいかがでしょうか!