



ひとり
ひの
り
カ
バ
リ

2026年

【開所日&時間】日曜日・年末年始を除く

(月)～(金) 9:30～18:30 (土) 9:30～15:30

【住所】〒220-0055 横浜市西区浜松町 3-14 横浜 OT ビル 1 階

【TEL】045-252-2414 【FAX】045-348-9090

【URL】<https://center-nishi.jp>

生活支援センター西通信

当センターは、精神に障がいのある人たちが安心して地域で生活していけるよう活動しています。社会とのつながりを上手く作れない、どうしていいのかわからない…そんな風に悩んでいる人やご家族等の力になりたいと考えています。また地域に暮らす人たちの駆け込み寺ともなれることを目指しています。どんなことでもお気軽にご相談ください。

【ご利用にあたって】

- 初めて生活支援センターをご利用される方には、当センターの利用案内をさせていただきます。
- 登録も含めたご案内の場合は、1 時間くらいお時間が必要となります。
- 事前に電話予約のうえお越しください。
ご予約がない場合、再度ご来館をお願いすることもあります。

一人で悩んでいませんか…？家族が抱えていませんか…？センター西では、病気についての他、制度・就労・生活など、不安に感じていることについて随時ご相談をお受けします。必要に応じて、他の施設や情報をご紹介しますこともできます。お気軽にご相談ください。

居場所提供時間 月～金 9:30～18:30 / 土 9:30～15:30 (休館日: 日・年末年始)

電話相談 まだ出て行くのは不安…、ちょっと聞いてほしいな…など、お電話でも受け付けています。

☎相談窓口 045-252-2414 (月～土 10:00～17:00)

面接相談 随時ご相談をお受けしています。

相談

7月～11月の「ピアミーティング」のテーマ



支援者とピアグループ活動



主治医との関係



きづかい～親切とお節介の間～



自己開示～本音～



怒り



プログラムの参加にはセンター西への登録と予約が必要です。
開催プログラムはセンター通信の予定表にて、ご確認ください。

日	月	火	水	木	金	土
			1 PC教室 11:00～	2	3	4
					イブニング 17:30～	
5	6	7	8	9	10	11
閉 所 日	ピアMT① 14:30～			WRAP① 14:30～		
		イブニング 17:30～			イブニング 17:30～	
12	13	14	15	16	17	18
閉 所 日		絵画教室 10:00～	PC教室 11:00～			家族ミニミニ講座 10:00～
		イブニング 17:30～		WRAP② 14:30～	イブニング 17:30～	
19	20	21	22	23	24	25
閉 所 日				ピアMT② 14:30～		
		イブニング 17:30～			イブニング 17:30～	
26	27	28	29	30	31	
閉 所 日		絵画教室 10:00～				
		イブニング 17:30～			イブニング 17:30～	
プログラム申込：前月の 20 日より予約開始（日曜の場合は 21 日）						