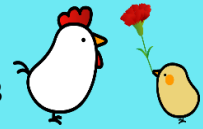


チームブルー地域活動支援センター

〒239-0842 横須賀市長沢1-13-3 2F

開所時間(火)～(土)10時～16時

電話046-874-6003



★予定表送付に関して

4月の予定表はお手元に届きましたか？
地活登録時の住所や変更を伝えてくださった方にはそちらに送付させていただいております。

送付に関してメール受け取りを希望される方は職員にお知らせください。

来月以降、定期的に来所される方は今まで通りのお渡しになります。

皆さまのご来所お待ちしております。



★昼食支援のお知らせ★

火曜日はブルーシーズのカレー（200円）の日、金曜日はおまかせ丼（無料）の日です。

準備の関係で完全予約制になります。申し込みは、前開所日の17時までに来所時、もしくは電話での予約をおねがいします。



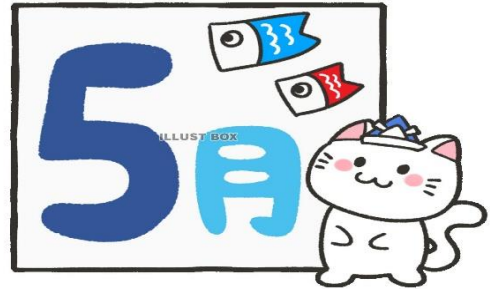
★映画鑑賞会★

映画鑑賞会を毎月行います。

5月は18日（木）午後13：30～

**タイトルは直前まで
リクエスト募集中です！**

部屋の準備のため、参加希望の方は事前予約をお願いします。



★北川Drのワンポイントアドバイス

～体と心（2）うつと風邪～

悲しい思い、辛い思いをして元気が出ないとき、私たちは心の病として「うつ」と診断することがあります。

患者さんの中には、自分が「うつ」とは気づかずに、「なんだか体の調子が悪い」「風邪をひきやすくなった」と思っている人がいます。実は仮面うつ病であるかもしれないのです。

内科のお医者さんにかかっても、「うつ」だとすぐには診断がつかないことが多いのです。

ふだんから自分の体の不調にも気を配っておくことが、心の不調に気づいたり予防したりすることにつながると思います。



東京大学医学部卒業
津久井浜クリニック元院長
福井記念病院 院長補佐

★お弁当について★

水・土曜日は『住よし』さんで¥500、

木曜日は『キッチン彩』さんで¥500になります。

予約・キャンセルは前開所日17：00までに来所または電話でお願いします。

