

「花より団子」

最近、センターでもやっているように豆苗を育てています。あつという間に成長するのでお手軽です。オレは、湯がいた豆苗をわさびマヨとごま油で和えて食べています。

これから暖かくなり、夏になれば夏野菜ということで、キュウリやプチトマトにもチャレンジしてみようかなと…。

ここ数年、センターで朝顔を育てさせていただいていますがやっぱりオレは「花より団子」かな?(笑)

【P.N タッキー】

4月イベント・サークル活動

- 8(日) Social Skills Training 14:00～  
テーマ:「自分の思いを伝えよう」など
  - 14(土) ロータリークラブ作品展覧会に行こう 14:00～
  - 15(日) メンバーミーティング(みんちか) 14:00～
  - 22(日) 誕生会 14:00～ 参加費 100円
- ※申込〆切 4月21日(土)



センターから数名の方が作品を出展しています😊

★防災訓練 報告★

今回は大きな地震を想定した訓練でした。実際に机の下に避難する時の体の使い方を確認したり、最近CMで話題の全国一斉防災模試の一部を抜粋した問題をみんなで解いたり、いざという時の正しい行動様式を見直す機会となりました。

★体操教室 報告★

昨年に続き、本年度も浦舟ケアプラザ多目的室で開催。参加者は10名でした。腕を内側にねじることで、背中の上の部分から温くなる体操を参加者全員で体験しました。ポイントは大きな筋肉をダイナミックに使うこと!!簡単な動きなので毎日続けていきたいですね。



開館日時

月	火	金	12:30～20:00
土	日	祝	9:00～16:30
水	木		休館日

★センターからお知らせ★

◆食事サービス利用時間について◆

支援センターの食事サービスは、衛生上、食事開始から2時間以内に提供することになっております。最近遅い時間になってから食事に来られる方も多く、食後の片づけが進まない現状があります。受診が長引いて終わらない、仕事で残業になってしまった等特別な事情がない限り、出来るだけ早く来館していただいで温かいご飯を召し上がっていただけたらと思います。ご協力よろしくお願い致します。

★新しい職員が加わります★

○菅原一馬さん ○栗山佐織さん  
どうぞよろしくお願い致します。



花見に行こうよ!!

お弁当を持って元町公園までお花見に行きませんか?元町公園まではバスで向かいます。



日時: 3月27日(火) 11:30 センター出発

※14:30 現地解散可能

持ち物: バス券、お弁当(各自持参)

相談事業

日常生活に関わる相談等をお受け致します。

※電話の場合(1回 15分以内) 045(251)3992

平日は…14:00～18:00

土日祝は…13:00～15:00

◆カウンセリング 4月7日(土) 13:00～ 【予約制】

カウンセラー 吉田尚友さんによるカウンセリング

※カウンセリングの予約は、3/25～受付します

希望者多数の場合お受けできないことがあります

◆嘱託医相談 4月28日(土) 10:00～12:00 【予約制】

精神科医 服部先生による Dr. 相談

※曜日が変更になっておりますのでご注意ください

