

「これからの生活」

今年の1月中旬、風邪・肺炎・脱水で入院してしまった。それらの病気は抗生物質などの点滴ですぐに治ったけど、生活習慣病が見つかった。食生活を気を付けて下さいと栄養士に指導されました。

新年早々、大変でしたが、これからの生活を律していこうと、そして今回の経験が人生の糧となるようやっていきたいと思う。 【P. N. タッキー】



開館日時

月火水金	12:00~20:00
土日祝	9:30~17:30
木	休館日

4月イベント・サークル活動

- 10(水) けんちんうどんを作ろう ミーティング 15:30~
参加費 200円 ※申込〆切: 4/10(水) 15:30
- 14(日) Social Skills Training 14:00~
テーマ: 「自分のことを伝えよう」
- 20(土) メンバーミーティング 14:00~
テーマ: 「今年度の抱負」ほか
- 28(日) 誕生会 14:00~ 参加費 100円
※申込〆切: 4/27(土)



★Social Skills Training 講座について★

本年度も、田栗先生と一緒に SST 講座を継続していきます! 前年と同様、毎月テーマを決めて開催予定です。4月のテーマは「自分のことを伝えよう」です。お気軽にご参加ください☺

◆お好み焼きを作ろう 報告◆

3月の夕食を作ろうの会は、ホットプレートで囲んでお好み焼きを作りました! 皆さん手慣れたもので、プロ顔負けの美味しそうなお好み焼きが完成! 職員が作ったお好み焼きが一番残念な感じでした(笑) 今年度最後の夕食を作ろうの会にもぎやかに終わりました♪



★GW中(4/27~5/6)の開館について★

連休中 4/27(土)~5/6(月・祝)の開館は、**土日祝と同じ(9:30~17:30)**です。

※5/2(木): 休館日

※この期間の食事サービスはすべて昼食となりますが、**4/30(火)と5/1(水)は食事サービスお休み**です。



◆井上カウンセラーの傾聴講座 報告◆

3/10(日)に井上淑子先生に来ていただき、「聴く」ってどうゆうこと? 「聞く」と「聴く」の違いとは? についてお話をうかがいました。

聴くことは幸せになるコツであったり、聴き上手は話し上手になるなど色々な内容を教えていただきました。

参加された方からは、「聴くって難しいけど大事なことなんだね。」「聴いてもらったことで心が満たされた。」「自分も人の話を聴いてみようと思う」等の感想がありました。

話を聴くことの大切さあらためて考えなおした時間でした。

今年度は職員の異動なく、昨年度と同様の体制でスタートします。

よろしくお願いいたします☺



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日1回/15分以内)

平日は…①12:00~13:00 ②13:30~19:30

土日祝は…① 9:30~12:30 ②13:30~17:30

相談専用 ☎ 045(251)3992

◆カウンセリング 4月6日(土) 13:00~【予約制】

※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17日(水) 14:00~【予約制】

