

# 5月スケジュール

MAY  
平成31年

	月	火	水	木	金	土	日
午前			1 令和イベント	2 お休み	3 お休み	4 お休み	5 お休み
午後1							
午後2			映画				
午前	6 散歩	7 カラオケ	8 こころの体操	9 お休み	10 自己学習/木工・芸術	11 料理教室	12 お休み
午後1	ミーティング	ミーティング	認知行動療法(物質)/ ミーティング		認知行動療法(物質)/ ミーティング	フロセス依存 認知行動療法	
午後2	室内スポーツ/園芸	フリータイム			園芸	フロセス依存 ミーティング	
午前	13 ゲーム活動	14 自己学習/木工・芸術	15 こころの体操	16 お休み	17 認知行動療法(物質)/ ミーティング	18 ☆ミーティング	19 お休み
午後1	ミーティング	ミーティング	認知行動療法(物質)/ ミーティング		認知行動療法(物質)/ ミーティング	映画	
午後2	心理教育	フリータイム			駿河探訪	フロセス依存 ミーティング	
午前	20 BBQ!	21 園芸	22 こころの体操	23 お休み	24 自己学習/木工・芸術	25 料理教室	26 お休み
午後1		ミーティング	認知行動療法(物質)/ ミーティング		認知行動療法(物質)/ ミーティング	利用者会 お誕生日会	
午後2		フリータイム				フロセス依存 ミーティング	
午前	27 カラオケ	28 散歩	29 こころの体操	30 お休み	31 認知行動療法(物質)/ ミーティング		
午後1	ミーティング	日帰りの湯	認知行動療法(物質)/ ミーティング		駿河探訪		
午後2	室内スポーツ/園芸						

## 利用者さんに聞きました!!体験談①

私は病院から退院後、現在はグループホーム・さくらの杜で生活しながらデイケアに通っています。最近是比较的安定した生活をしています。このような生活が送れているのは、すぐに社会に出ていかなかった事だと思っています。この先は社会に出て、一人で生活をしていかななくてはならないので不安は沢山あります。仕事・住居・食事・洗濯・掃除など。そのような時に私の場合、一番大切だと考えていることは、節目、節目で自分が今どのような生活を送っているかということ、第三者的視線で観ることが出来るかだと感じています。時々、今の自分がどこに立っているかが分からなくなり、判断を誤る事を沢山してきました。なかなか自分の状態を見るということは難しく、日々学んでいるところです。そんな私を見てくれていたある方から「伊與田覺さんの本を読んでごらん」、と言われ本を貸してくれました。さっそく読んでみるとちょっと難しかったけれど、生きていく上で人としての必要な行動や物事の考え方が、『論語』孔子の教えを基本として解りやすく書かれていて、とても勉強になり感動もしました。～|～



生チョコムース

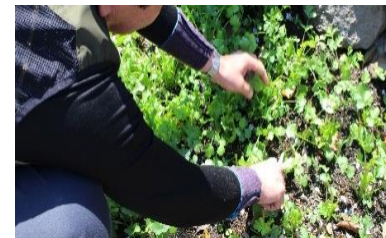
エスニック風パクチースープ



## 駿河探訪



今月の駿河探訪は、春を多く感じられるプログラムとなりました。広見公園の桜、富士宮井の頭にあるミツバツツジなどを見に行ってきました。広見公園では満開の桜に青空で、とても素敵でした。ミツバツツジは樹齢約700年にもなるそうで、桜とはまた違った濃いピンク色できれいでした。



畑で育てたパクチーを使ったスープと、お誕生日の方のリクエストの生チョコムースを作りました。パクチーは好き嫌いが分かれましたが、昼食にこんもり盛って食べる利用者さんもいました。生チョコムースはデイケアを体験に来た患者さんも協力してくださり、40個分を無事作る事ができました。

