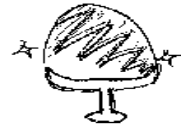


グループワークの報告



ミント

毎週火・木曜日 AM 10:00~12:00

6月の調理では、つけめんを作りました。家では作ったことがないので、作ることができてとても良い体験になりました。皆さんと協力しながら作ることができたので、充実した日になりました。今後の調理のプログラムも積極的に参加し、皆さんと協力して美味しいものを作りたいと思います。

Sさんより

ラベンダー

毎週火曜日 PM13:30~15:30

7月18日のプログラムは音楽鑑賞（CD& DVD）でした。いつもはCDやipodなどを持ち寄って音楽を聴いていますが、映像も見れたらいいと思っていました。プログラム決めて提案し続け、今回初めて採用となりました。実際にやってみて、映像を大きなスクリーンで見れて大満足でした。DVDが見れるなら音楽だけでなく、映画やお笑いなども見れるといいと思います。人それぞれ色々な角度から楽しめるプログラムでした。ぜひほかのグループでもやってみてください。

Mさんより

タイム

毎週水曜日 AM10:00~12:00

6/28にJAXA（調布航空宇宙センター）に行ってきました。センター内では、担当の職員の方が案内してくださいました。展示室の中に、スペース・ミッション・シュミレーターと言う宇宙ステーションや月への飛行の模擬操縦体験ができるコーナーがあり、私は操縦の体験をしました。操縦は簡単なのですが、タイミングを合わせるのが難しく、やりがいがあり面白かったです。帰りにガチャガチャを引き、飛翔と言う実験用航空機が当たりました。今まで知らなかった、航空機や宇宙船について学ぶことができ、とても充実したプログラムでした。

Sさんより

ジャスミン

毎週木曜日 AM 10:00~12:00

6月に出席講座が行われ、健康推進課の管理栄養士から、バランスの良い食事についてお話していただきました。「1日3食、主食・主菜・副菜を摂ると良い」など、わかりやすいお話でした。料理の写真パネルを使ったり、質疑応答があったりと楽しい講座でした。機会があれば、また話を伺いたと思います。

Nさんより

ユーカリ

毎週金曜日 PM1:30~3:30

7月14日に、こころの健康支援センターにてバーベキューを行いました。通常は、午後からのユーカリも午前に行い、バーベキューコンロの組み立て設置、火おこしなどの準備を行いました。バーベキューが始まるとお肉や、焼きそば、野菜スティックそして、ボランティアの方が作ったポテトサラダをみんなでおいしくいただきました。いろいろな料理があり、想像以上にたくさん食べることができて大満足でした。

Yさんより