

グリーンフィールド通信



♪ 12月のお知らせ ♪

No. 186 2016.12

❖ 今年のしめ縄作りは・・・

12月16日(金)の午後、創作活動でしめ縄作りをします！でも…創作活動で最初から最後まで作るわけではありません(*^^*)。12月に入ると少しずつ準備を始め、その間、よく耳にされだろーと思ひます、「とんとんとんとん」という音。これはワラをたたいて柔らかくしている音です。みんなでこつこつ、まったり話をしながら準備をすすめていきます。そして、16日は最後の総仕上げです。来年の幸せを一緒に祈って、しめ縄作りにも少しでも参加してみませんか？(Y.S)

❖ お薬講座について

12月19日(月)に今年最後のお薬講座を実施します。内容に関しては、睡眠のことなど皆様の関心が高かったものを再度行う予定です。

講座終了後、個別での相談も行っていきますので、個人的に聞きたいことがある方はお薬手帳をご持参下さい。ご参加お待ちしております。(S.F)

❖ クリスマス会のお知らせ

今年は、12月24日(土)イヴの日にクリスマス会を行います。午前中は飾りつけなど準備をする時間にあて、午後から有志メンバーによる催し物を楽しみます。今年は“音楽会”といったイメージです。恒例のプレゼントは飛び入り参加の方も当たりますよ♪これを機に久しぶりの方も是非参加してみてくださいね。お待ちしております(*^^*)。(T.K)



❖ そば打ちについて

12月29日(木)に恒例のそば打ちを行います。今年最後の開催日となります。のんびりしたムードでそばを打ち、打ち立て出来立てのそばを食べて今年1年のシメになればと思っています。

年末年始の連休前にぜひ皆でのんびり過ごしませんか？(S.F)

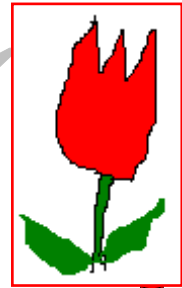
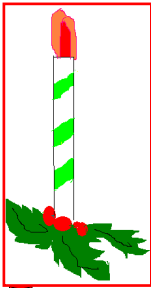


❖ 年末年始のお休み

今年も早いもので、残り1カ月となりました。デイケアの年末年始のお休みは、12月30日(金)～1月3日(火)となります。すこし長いお休みになりますので、体調など崩されませんように、ご自愛くださいね。来年初めの1月4日(水)には新年会も予定しています(*^^*)。詳しいことは次号でお知らせします。

また来年も、みなさまと一緒に素敵なことを経験できますように。よろしくお願ひ致します。(Y.S)

デイケアグリーンフィールド
デイケア直通電話
(0848) 64-7700
(8:30～17:00)
三原市中之町6丁目31-1
病院 Tel (0848) 63-8877
<http://www.miharahp.com>



グリーンフィールドからの声

2016年12月 No.185

<代謝アップトレーニング継続中>

現在、週3回(月・水・金)、1日3回代謝アップトレーニングをしています。代謝アップと共に、身体の引き締め筋力アップを目ざして、日々頑張っています。(Y.S)

<アロマキャンドルについて>

11月の創作活動は、アロマキャンドルでした。色とりどりきれいです。アロマの香りは、いいにおいです。そのままでも香ります。クレヨンで色付けています。3タイプ作りました。(一同)



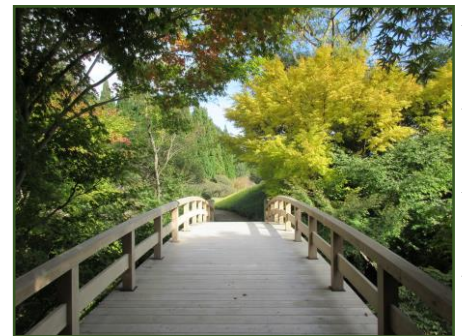
<ドクタースマイル 焼き芋>

11/12(土)午後、ドクタースマイルの焼き芋をグラウンドでしました。甘くて美味しいしっとり感に感動!安納イモ、普通のサツマイモの2種類ありました。炭火管理が楽しかったです。スタッフが賑やかでした。A先生は病棟の仕事で参加が遅くなり、食べることが出来なくて残念でした。(一同)

<ミニイベント もみじ狩り 三景園>

11/2(水)の昼から、本郷の三景園へ「ミニイベント もみじ狩り」に行きました。

- 抹茶が美味しかったです。
- コイにエサをやりました。
- コイがいっぱいいました。
- シーズン始まりで人が多く賑やかでした。
- 紅葉はあまりしていなかったけれど、緑がきれいで、いやされました。(一同)



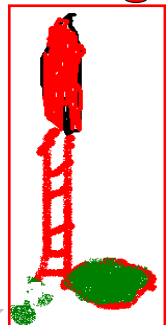
<今年を振り返ってみて>

今年1年もうすぐ過ぎますが、いろいろな人間模様があり、だいたいにおいてなめらかに行っていたように感じています。心の病をかかえながら、治療等に励み、いろんな出来事があり、それらをスタッフとみんな一緒に考えてきた1年だと思えます。優しさと厳しさが必要と思い、いろいろ試してはみっていますが、集団の場でもありますので「和」を大切にしたいと思います。相手の内面の良い点をつかみ、皆で手をつなぎ微笑んで助け合って行きましょう。

(ブラックタイガー)



編集者：☆M.Y., *K.S., ☆R.T2., ☆N.K., ☆M.T., ☆Y.K.



平成28年12月 グリーンフィールド予定表

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
	毎週月曜日14:30~ リズムダンスを行います。		大掃除週間 12/5 ~ 12/10	心理教育	グループミーティング	グリーン園
	毎日10:00~10:30は ストレッチ体操を行っています。			スポーツ	創作活動	書道
4	5	6	7	8	9	10
休	パソコン	お手軽クッキング ＜豚汁＞	グリーン園	心理教育	グループミーティング	グリーン園
	生活勉強会 ＜イベントで行けそうな場所＞	同好会	SST	スポーツ	創作活動	フリー
11	12	13	14	15	16	17
休	パソコン	お手軽クッキング ＜チーズフォンジュ＞	グリーン園	心理教育	グループミーティング	グリーン園
	スカイグループ ＜おすすめの本＞	同好会	SST	スポーツ	創作活動 ＜しめ縄作り＞	フリー
18	19	20	21	22	23	24
休	パソコン	フリー	グリーン園	フリー	休	クリスマス会 
	お薬講座	同好会	SST	スポーツ		
25	26	27	28	29	30	31
休	パソコン	コラージュ	グリーン園	そば打ち	休	休
	スカイグループ ＜運動を始めたきっかけ、 続く理由＞	同好会	SST			