

グリーンフィールド通信



♪ 10月のお知らせ ♪



No. 208 2018.10

☆ 10月からの心理教育について

10月から心理教育次クールが始まります。今回は社会資源の中にリワークを統合し、ストレス対処法のワーク（これまでよく使われていたリラクゼーション法、そして数年前よりいろいろな分野でも取り上げられているマインドフルネス＜第3世代認知行動療法に入る、瞑想を取り入れた技法＞の実施練習）が、一コマ新しく入っています。疾患理解と共に関心を持ってもらえると嬉しいです。予定が知りたい方はスタッフに聞いてみてくださいね。（A.K）

☆ 創作活動について

しばらくの間、文化刺繍の作成が続いていましたが、10月からは久しぶりに革細工を行います。一人当たり20cm角程度の革を使える予定なので、そのサイズで作りたいものを考えてきていただければと思います。

いつも始まってから作品を考えだし、採寸やデザインを考えるのに時間を取ってしまいます。結果、考え疲れて「まあ、小銭入れでいいか。」といった決め方になりがちです。せっかくの機会です。もったいないので初回参加までに作りたいものを考えておいて下さい。雑誌の切り抜きなどを持ってきて挑んでも構いません。

世界に一つだけのマイ作品、ぜひ作りましょう！（S.F）



☆ 11月のイベント先募集

お久しぶりな感じがしますが、**11月30日（金）**にバスイベントがあります。今回の目的は“観光”です。暑すぎず、寒すぎず、外出するのにちょうどいい季節だと思います。ただマイイベント先を募集中です。**10月5日（金）**のグループミーティングで決定します。どこか行ってみたい場所はありますか？たくさんのご応募お待ちしております（O^^O）。（Y.S）

☆ OT 合同登山

10月31日（水）に秋の合同登山を行います。場所はいつも通り筆影山になります。秋の風を感じながら皆でゆっくりと歩き、頂上で美味しい弁当を一緒に食べませんか？「スポーツの秋」「食欲の秋」同時に楽しみましょう。参加希望お待ちしております。（K.S）

☆ 音楽活動

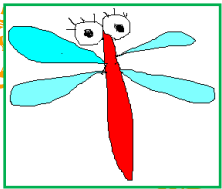
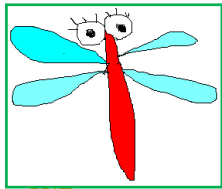
今年のクリスマス会に向けて、グリーンスマイルが動き始めています。今まで使っていない楽器を取り入れつつ、楽しく練習しています。もし、やってみたい楽器などあれば、スタッフに声をかけてくださいね。（S.U）



ディケアグリーンフィールド
ディケア直通電話
(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>

平成30年10月 グリーンフィールド予定表

日	月	火	水	木	金	土
	1 パソコン 生活勉強会 ＜やさしい断捨離＞	2 お手軽クッキング 予定決め 同好会	3 グリーン園 イングリッシュフィールド野外実習 フリー	4 心理教育① スポーツ	5 グループミーティング 創作活動	6 みはらし杯 ソフトボール
	7 休	8 休	9 お手軽クッキング 同好会	10 グリーン園 WRAP	11 心理教育② スポーツ	12 グループミーティング 創作活動
14 休		15 パソコン スカイグループ ＜運動しなくてやせる方法＞	16 コラージュ 同好会	17 グリーン園 WRAP	18 心理教育③ スポーツ	19 グループミーティング 創作活動
	21 休	22 パソコン 生活勉強会 ＜広島の娯楽施設（10年）＞	23 フリー 同好会	24 グリーン園 SST	25 心理教育④ スポーツ	26 グループミーティング 創作活動
28 休		29 パソコン スカイグループ ＜災害対策で今していること＞	30 フリー 同好会	31 グリーン園 OT合同登山 SST	<div style="border: 1px solid blue; padding: 5px; display: inline-block;"> 毎日10:00～10:30は ストレッチ体操を行っています。 </div> <div style="border: 1px solid magenta; padding: 5px; display: inline-block; margin-top: 10px;"> 毎週月曜日14:30～ リズムダンスを行います。 </div>	



数年前の大会写真

<ソフトボール練習>

ソフトボールの大会が10/6（土曜日）に決まりました。それに向けて毎週水曜日と土曜日に練習しています。9/5には練習試合をしました。みんな大会にむけてがんばっています。(K.T)

<豪華かき氷作って食べました>

8月17日（金）に、かき氷を作って食べました。今年は記録的な暑さの中、冷たいかき氷に色々なトッピングがありとても豪華で美味しかったです。来年も食べたいです。

(S.N)



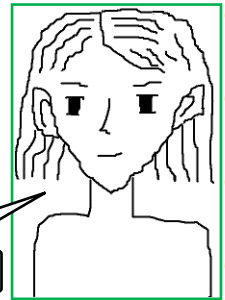
<同好会中の停電>

8月21日の同好会。僕らが映画「ワンダーウーマン」を観ている時、雷が鳴りすごい雨が降ってきて、雷の効果音がすごかったです。気持ちよく観ていると急に真っ暗になり、映画も止まり、非常灯しかつかないという貴重な体験をしました（1階は真っ暗でした）。

(ウッシー)

<新しいスタッフさん>

この度、デイケアへ新しい女性スタッフさんが増えました。一緒にゴミ捨てへ行った時に、少し前にあったストレッチの時の失敗を話してくれました。正直で素直な人です。ぜひ、会いに来てください。(K.N)



似顔絵…S.H作

<アクティブ系でお出かけ>

東広島西条ゆめタウン、バイキングに行きました。ネコカフェにも行きました。かわいいネコが寄ってきてくれて、みんな楽しかった。途中で雨とカミナリがドッドッと鳴って怖かった。でも、楽しい同好会でした。(S・I)

編集者：☆S.T., ☆E.T., ☆K.T., ☆M.M., ☆K.N.

