

4月27日(月)、角館にお花見に行きました。今年は開花が早く、ほとんどの桜は散っていましたが、みちのくの小京都と言われる角館は趣きがありました。

河川敷で昼食をとり、武家屋敷を見学するコースと屋台や通りを見て歩くコースに分かれて、それぞれの時間を楽しみました。青空の下、気持ちのよい時間を過ごせましたが、次回はぜひ満開の桜の下を歩きたいですね。



武家屋敷 青柳家



枝垂れ桜が残っていました♪

SST(社会生活技能訓練)

SSTは参加者がそれぞれの悩み・困っていること等を挙げ、毎回1人のテーマを取り上げて意見を出し合ったり対処法を考えたりするプログラムです。話し合いの中で自分に合った良い方法があれば実践してみて、次回のSST時に報告します。

テーマ提供者はもちろん、他の参加者にとっても自己の経験を振り返ったりメンバーの意見を聞く良い機会となります。仲間を支えに、まずは試してみましょう。

※登録後少しデイケアに慣れてからの参加となります。



三角ベース

暖かい時期には毎年取り入れている三角ベース。通常の野球よりベースが1つ少なく、少人数でも楽しめます。バッドもボールも柔らかいものを使用しているので初めての方でも安心です。晴れた空の下、公園の草地で走ったり声を出し合ったり…。老若男女いろんな方から支持され、今年も4月からプログラムに入れていきます。

就労支援と事業所見学

若者サポートステーションから講師をお招きし、就労に必要なマナーやスキルを教えてください。グループワーク等もあり、コミュニケーションの練習にもなっています。

5月は「アサーショントレーニング」を予定しています。自分も相手も大切にする自己表現を学んでみませんか？



絵手紙



手芸作品