

ゆうがお通信

〒329-0511

下野市石橋950-2

下野市地域活動支援センターゆうがお

電話・FAX 0285-53-4621

令和2年<冬号>

本紙を手にとって下さりありがとうございます!!!新年、最初のゆうがお通信になります。今年も”ゆうがお通信”をよろしくお祈いします。まだ朝晩の冷え込む日が続く中、ゆうがおではインフルエンザの猛威に負けず元気に楽しく過ごしています!!!2月に入り、今年度も残りわずかとなってしまいました。最後まで明るく元気なゆうがおにしていきたいと思ひます♪よろしくお祈いします!!!

ゆうがお



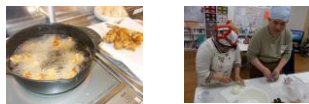
プログラムのご紹介



調理実習～クリスマス会～

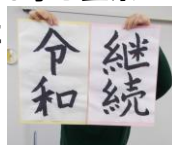
12/24(火)

ワンプレート(ケチャップライス・唐揚げ・サラダ)をみんなで協力して作りました。午後にはクリスマスソングを流して、カードゲーム(UNO やババ抜き)を行い楽しいクリスマスになりましたね。食後にゼリーも食べ、心もお腹も満たされた1日になりました。



新年会 1/4(土)

毎年恒例、書き初めを行いました。新年の抱負を書く人もいれば、流行語や今食べたいものを書く人など・・・バラエティに富んだ書き初めに!!ゆうがお来所時には是非ご覧ください。人生ゲームも行い、みんなで楽しいお正月を迎える事が出来ました。2020年も良い1年にしましょう!



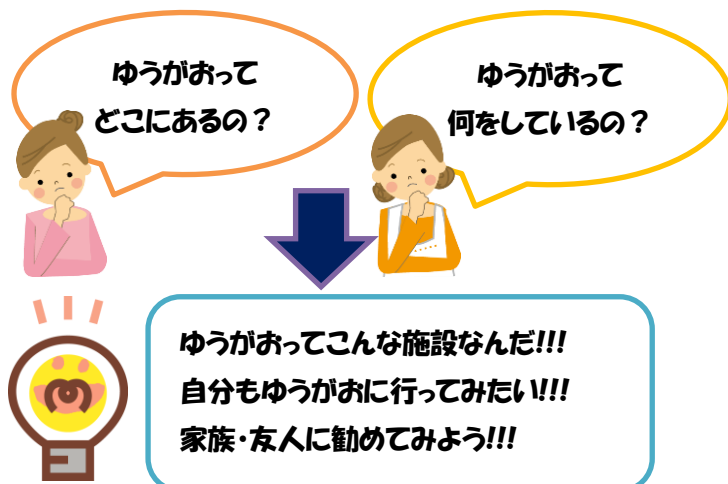
外出行事 1/7(火)

FKD 宇都宮店・ベルモールにウインドウショッピングに行ってきました!それぞれ好きなお店を見て回る予定でしたが、ランチは全員同じ場所を選ぶという偶然(笑)外だからこそ見える、皆の新しい一面も!!皆で仲良く楽しく、久しぶりの外出行事を満喫しました。



ゆうがおミーティング～普及啓発活動しよう～

新しく始まったプログラムをご紹介します!!



地域の方からゆうがおについて”どこにあるのか” ”どんな活動をしているのか”等の声が多く聞かれる事から、ゆうがおについて多くの方に知ってもらいたいと思ひ、普及啓発活動について考えるプログラム(ゆうがおミーティング)を始めました。ゆうがおの活動を知っていただく事で、障がい福祉の理解と促進に努めたいと思ひます。また、実際にゆうがおを使ってみて感じた居心地の良さや、仲間がいる安心感を多くの方に知っていただき、ゆうがおを必要とする方と繋がっていければと考えてお祈います。今後も定期的に活動の進捗状況を、通信にてお伝えさせていただければと思ひます。よろしくお祈いします。

ゆうがおメンバーの皆さま:興味のある方は是非ご参加ください☆彡

ゆうがおメンバー1日の過ごし方 ~スタッフ八木澤の突撃取材!!~

地域の方から”ゆうがお以外ではどんな事をしているのか知りたい!!!”という声が多く聞かれる事から、ゆうがおメンバーに突撃取材をしてみました。今回は2名の方の1日の過ごし方をご紹介します。

☆I・Y様☆		★O・N様★	
平日	休日	ゆうがお通所日	お仕事
5:15 起床 着替え・洗濯物 ヘアメイクセット	5:15 起床 着替え・洗濯物 ヘアメイクセット	6:00 起床 6:30 洗顔・歯磨き 7:30 テレビを見る	6:00 起床 6:30 洗顔・歯磨き 7:30 テレビを見る
6:10 公園へ移動	6:10 公園へ移動	9:30 ゆうがおへ出発 自転車で行きます!!!	7:45 作業所へ出発 55分かけて移動します!!
6:30 ラジオ体操 腹筋10回!!! 自宅朝食・皿洗い	6:30 ラジオ体操 腹筋10回!!! 自宅朝食・皿洗い	10:30 ゆうがおに到着 12:00 昼食	9:00 仕事開始 10分間ラジオ体操!!
8:50 ゆうがおへ移動	10:00 自宅で横になる	16:00 帰宅	9:10~11:55 作業
9:00 ゆうがおに到着	家事…廊下掃き	16:50 自宅に到着 時々、コンビニに寄ったり してから帰ります!!!	20分休憩あります!!!
16:00 帰宅 家事…洗濯物・猫のお世話 お風呂掃除	12:00 昼食 昼食後はゆっくり過ごし 猫と遊んでいます!!!	19:00 夕食 20:00 入浴	12:00 昼食・お昼休み 13:00~16:00 作業 30分の休憩あります!!!
17:00 夕食 家事…廊下掃き・皿洗い お米研ぎ 入浴	17:00 夕食 家事…皿洗い・お風呂掃除 お米研ぎ 入浴	23:00 就寝	16:00 仕事終了 16:50 帰宅 19:00 夕食 20:00 入浴 23:00 就寝
20:30~21:15 就寝	20:30~21:15 就寝		

お二人ともご協力ありがとうございました!!!
今後も”ゆうがおメンバーコーナー”をよろしくお祈りします!!!



今後の主な行事のお知らせ

- 2月 3日(月) 節分(豆まき)
- 21日(金) 次年度の話し合い~ランチを食べよう~
- 26日(水) 避難訓練
- 27日(木) ゆうがおカフェ

- 3月 2日(月) 下野市役所販売(※)
- 7日(土) ふれあい祭(※)
- 14日(土) 調理実習

- 4月 日にち未定:天平の丘花まつり

☆毎月第3(火) 笑い場しもつけ
(※)の行事は、販売活動を行う予定です。



*見学や体験利用
のお問い合わせ*
午前9時~10時、
午後4時~5時半に
お願い致します
(木・日・祝日を除く)

