



ガーデニング便り



今年は、イチゴがたくさん実りました

GW明けに夏野菜の苗を植えました



今年は トマト

ピーマン

ナス

枝豆

シソ



実がなっています。収穫が楽しみです。散歩の途中で見てください。

ラップ WRAP(元気回復行動プラン)が始まります

5月31日 デイケアWRAP 第3クール スタート！

WRAPはこんなふうに役立ちます。

- 1.できる限り幸せな気持ち、いい気分、楽しい気持ちでいること。
- 2.困難な感情や行動を自分で理解し、元気になるための行動プランを作ること。
- 3.調子がとても悪くなり、判断することや安心できなくなったときに、周りの人にやってもらいたいことを伝えておくこと。

ファシリテーター:増川ねてる氏(アドバンスレベル WRAP ファシリテーター)

開始に先立ち5月24日に入門編を行いました。

入門編は、8月10月12月にも開催します。WRAP 経験者のメンバーが説明します。

デイケアマスコットキャラクター決定しました。デイケアメンバーの多くの方が投票に参加してくださいました。これからデイケア通信やパンフレット等で使用するための準備をはじめていきます。お目見えはもうしばらくお待ちください。