

My Do 探検隊!

今回は、東三河ふるさと公園、料理、カラオケ、パソコン学習に介されて楽しみました。

東三河ふるさと公園
つつじは終わってましたが、キリの花とシャクナゲ、ナツツバキが咲いてました。シャクナゲは、満開でした。360度の景色が見え楽しかったです。涼しかったです。森林や展望台からの景色もよくて、とてもリフレッシュできてよかったです。 Hさん



料理「餃子、フルーチェ」
1人250円と定価にすみました。楽しく笑顔で、調理し、美味しく食べることが出来て大成功の経験になりました。 Sさん

カラオケ
時計を見ずに行った。時間を気にして時計を見るようにしたい。次回は、カラオケにしたい。 Kさん

PC 学習
次回も PC の学習に集中したいと思う。 Oさん

うまく実行できない、やり方がわからない、助けが欲しい
やりたいことを何でも叶える 1日それがまいどです。



きょうされん2016年度夏季販売 締切について!

締め切りの7月22日(金)まであとわずか!!
美味しい食品と珍しい雑貨を逃さない様に是非ご注文下さい。
☆売り上げの一部が利用者さんの工賃になります。
ご協力をお願いいたします。

最終締切: 7月22日(金)

似顔絵コーナー

皆さん
よろしくお願ひします



スタッフ紹介

Yさん



アピタスマイルバザー・愛心殿バザー
ご協力ありがとうございました!
皆様から多くお買い上げいただき、本当に感謝しております。
次回も是非、ご協力お願い申し上げます。

笑い太鼓

卵新聞



ここは交通事故や脳出血などで障害を負った人たちの社会参加を支援するセンターです。

発行者
豊橋市東田仲の町57番地
NPO 法人 笑い太鼓
高次脳機能障害者支援センター
Tel 0532-63-6644

平成28年6月28日

第182号

7月の予定

- | | |
|---------------|----------------|
| 7月 1日(金) | 第2回非常食シミュレーション |
| 5日(火) | 卵配達日 |
| 6日(水) | 東田仲の町公園掃除 |
| 10日(日) | 太鼓練習日 |
| 12日(火) | 卵配達日 |
| 13日(水) | ゆとりの日(絵画) |
| 17日(日) | My Do!探検隊 |
| 19日(火) | 卵配達日 |
| 20日(水) | ゆとりの日(書道) |
| 26日(火) | 卵配達日 |
| 26日(火)~29日(金) | 宝陵高校実習 |
| 27日(水) | ゆとりの日(スポーツレク) |



太鼓茶屋ニュース

大変申し訳ございませんが
夏季の大判焼販売は5個以上の予約販売のみ
とさせていただきます。

購入希望の方は、お電話またはスタッフまで
お気軽にお問い合わせください。

人気の、だんご、だん平の販売は引き続き行なっております。
大判焼きの再販売は秋ごろを予定しております。

営業時間: 通常 火~金曜日 7:30~17:00
他 土曜日 9:30~17:00
月曜日 7:30~12:00

休み 日曜日定休/他都合により休みあり
予約先 TEL 080-9641-8073

高次脳機能障害者支援センターは何をしているの？

第一回「ゆとり・スポーツレク」

笑い太鼓の利用者は主に脳にダメージを受けた人たちが利用しています。普段は訓練や作業をしていますが、週の真ん中の水曜日に「ゆとりの日」を設けて活動しています。

第2週は絵画、第3週は書道、第4週はスポーツ・レクリエーションと決めて毎週様々な活動をしています。そこで、笑い太鼓での活動の様子を紹介する中で、皆様のご理解を賜われます様お伝えしていこうと思っています。



第1回目となる今回は、4月28日に行われたゆとりのスポーツ・レクリエーションをご紹介します。スポーツレクとはスポーツ・レクリエーションの略称で、東新町のさくらピアの体育館をお借りして、月に1回汗を流す日です。

さくらピアへの移動は主に徒歩ですが、この日は天気予報で「午後から雨」という可能性もあった為、車で送迎してもらいました。

まず、さくらピアに着くと、体重測定です。1カ月間の体重の増減を計ります。

それが済むと、水分を補給して体育館に入場します。開始はケガ予防の為、ラジオ体操で始まります。

スポーツレクで特に指示・指定はありません。好きな仲間と好きな競技やゲームをしてリフレッシュしています。

この日行われた事は、卓球、ボール投げ、ストレッチ、歩行、バドミントン、バスケット等に分かれ、それぞれ汗を流しました。

ボール投げは、この日初めて挑戦しました。テニスボールを利用してワンバウンドで穴を通します。

これには皆経験が無い為、「惜しい、もうちょっと上だったら、もうちょっと右だったら。」と楽しそうに声を上げていました。利用者のHさんは、「初めは難しかったが、コツが掴めると、仕組みが分かり楽しかった。」と話していました。

卓球は4台が常に使われていて人気があります。仲間にはマヒを持った人もいる為、転がした球を打つなどゲームを工夫しています。

ストレッチはマットに座り、体を伸ばしたり、互いのマッサージをしたり、誰でも手軽に取り組めるものです。

また、膨らませた風船を落とさずにつないでいく風船バレーもあります。100回越の記録が出て、「久しぶりに熱くなった。」と語っていました。

そして、14時30分になると終了して、仲間で交代し合いながら、体育館をモップがけします。それが済むと、自分のノートに、自分の行った事を記入して終了です。忘れてしまってもノートを見れば思い出せます。

避難訓練と防災食体験

笑い太鼓では毎月1回、防災意識の保持と避難経路の確認の為、地震と火災を想定した避難訓練を行っています。

第1避難所である仲の町公園に安全に避難します。そして、人員点呼し、非常食の持ち出しをしたり、非常時の注意点を確認したりしています。



この度、中部採石工業株式会社様より、善意預託品で防災食を頂いたことをきっかけに、避難訓練と共に、白飯とハンバーグで防災食体験をしました。

「アルファ米って何だろう。」「炊飯器の横にくっついてカリカリのお米みたいだ。」「今日はお湯があるから15分で温かいご飯が食べられるけど、お水で作ると食べられるまで1時間かかるのか。」「水もなかったら食べられないのかな。」と、より現実的な体験となり、いつもより一層防災意識を高められました。 [O]



私自身も、健康維持や働くための体力作りという目的や意義を理解していませんでしたが、今回皆様に伝えるための取材で、スポレクの大切さが分かりましたので、これからは、もっと積極的に参加しようと思いました。 [O]

