



10月 末

来

通信



「実りの秋」がやってきました 🍁

朝晩の空気が少しずつ変わり、木々の葉や田畑の様子からも季節の移り変わりを感じるようになりました。10月は、さつまいもや里芋などの秋の味覚が旬を迎え、自然の恵みを身近に感じられる時期ですね 🍠 🍡

先月は、施設外就労の一環として里芋収穫のトライアル作業にも参加しました。実際の現場に出て作業を経験することで、施設の中だけでは得られない気づきや発見がありました。作業を通して、「こんなこともできるかもしれない」「やってみたら意外と楽しい」と感じることも貴重な経験のひとつです。

10月も、一人ひとりそれぞれのペースで「できること」を増やしながら、小さな成功体験を積み重ねていける一か月にしていきたいと思います 🍁 実りの秋に負けないくらい、利用者の皆さんの頑張りと成長もたくさん実を結びますように ✨

今年は早いインフルエンザ

実は今年、インフルエンザの流行が例年より早く始まっています。9月18日に愛媛県で「流行入り」が発表されました。まだ暑さの残る時期ですが、これから秋が深まり、冬に向かうにつれて、感染症への対策が大切になってきます。手洗い・換気・咳エチケット・十分な休養など、毎日のちょっとした心がけを大切にしましょう。

一人ひとりの予防が、みんなの健康を守ることに繋がります 😊

毒キノコにも注意



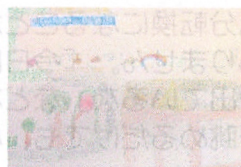
最近、徳島県では、自宅の庭に生えていたキノコを食べた女性が、嘔吐や下痢などの食中毒症状を起こして入院したというニュースがありました。

食用と確実に判断できないキノコは「採らない・食べない・売らない・人にあげない」!!

表現教室&パソコン教室



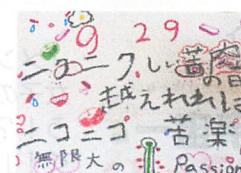
安部さん



竹内さん



羽倉さん



池田さん



咲瑠さん

支援員 宮内〇〇な話

先日、「ジ アウトレット広島」に行ってきました 🚗
約230店舗ある施設内を見て回りショッピングを楽しみました
長女と次男は、併設されたスケートリンクで初めてのスケートに挑戦！最初は靴を履いて歩くのも苦戦していましたがコツをつかむとスイスイ滑れるようになりました 🛼
沢山歩いて疲れましたがお手頃価格で買い物もでき大満足の日でした 🎉

10月 October

日 月 火 水 木 金 土

				1 パソコン 教室	2	3
4	5	6	7 職員会議 15時まで	8	9	10 12時まで
11	12 スポーツの日	13 心の表現 教室	14	15 パソコン 教室	16	17
18	19	20 心の表現 教室	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31 職員研修 12時まで

お知らせ



- ・土曜日は12時までとなります。
- ・7日（水）は職員会議のため15時までとなります。

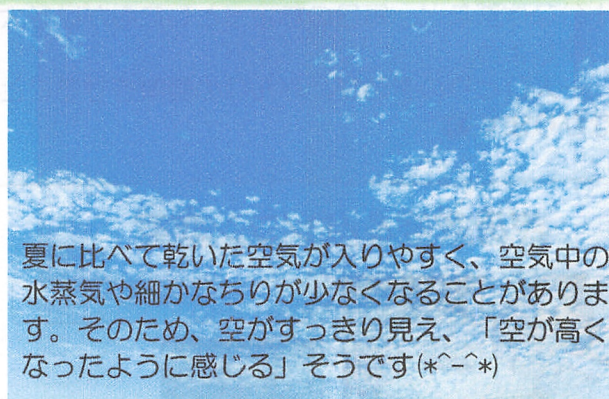


10月は、少し空を見上げてみませんか

忙しいときや気持ちが疲れているとき、ほんの少し立ち止まって空を見上げてみませんか？

青い空や雲、季節の変化を眺めることで、いつもの視線が変わり、気分転換になることがあります。特別な道具も必要ありません。「今日は雲が多いな」「秋らしい雲が出ているな」などなど。

そんなふうに空を眺めるだけでも、小さなリフレッシュになります😊



夏に比べて乾いた空気が入りやすく、空気中の水蒸気や細かなちりが少なくなることがあります。そのため、空がすっきり見え、「空が高くなったように感じる」そうです(*^-^*)

貸出本のご紹介



「メンタル強め美女白川さん」
女子の自己肯定感が世界を救う！？「私は私、可愛く、強く！」白川さんとマインドセットしてみませんか？

「宇宙一ヨガ」
すばらヨガ愛好家集まれ！今回も簡単やさしくリフレッシュ！

お誕生日

A.K さん (12日)
H.A さん (17日)
M.I さん (18日)
H.S さん (24日)



ご連絡先 エコステーション未来



〒794-0801 今治市東鳥生町4丁目2番25号

☎0898-52-8251 📠090-8697-4288 (AM8:00~PM5:00)

※緊急の場合はこの時間に限りません。



法人HP