

コロッケカフェ アルペーゼ日記



アルペーゼの小物販売コーナーは、ポーチやバッグなどの洋小物が充実していますが、実は和小物もお客様の心をつかんでいます。ちりめんで作った人形マスコットは一つひとつ表情が違って、気に入ったものを2、3個買っていかれる方も。あなたもお気に入りの一品を見つけてみませんか？

蜜柑日和

「新型コロナウイルス」が世界規模で深刻となり、様々な情報が混在しています。

みなさんは、どのように過ごしておられますか？

先の見えない不安でいっぱいなかでの、新年度をむかえましたが、自分達のできることを見極めて実行していかなければと思っています。

私の
定位置。



わたしの
定位置♪



ぼくの
定位置



庭の木蓮が
今年も綺麗に
咲いてくれました

善意のみなさま ありがとうございます

大泉寺さま 林さま 田中さま 山達さま フードバンクとやま様 仙納さま 斉藤豆腐店さま
丸和ケミカル様 大井さま 関原さま 浜野さま 茶野さま 山古さま 早川さま 布目さま
河原さま 桑田さま 大野さま

〒933-0018

富山県高岡市高陵町8-49

TEL0766-23-5409 FAX0766-73-7523

就労継続支援B型事業所

特定非営利活動法人 憩いの家

2020.4 発行

憩いの家4月だよ！

イライラよ！イキイキを増やそう ～アンガーマネジメント研修～

3月19日(木)にアンガーマネジメント協会より澤田慎一郎氏を招いて「怒らないようにするのではなく後悔しない怒りかた」を学びました。怒りとは、自分の価値観(こうするべき!)と違う時や、自分の中で許せない範囲を超えたときに現れるもの。さらに怒りは「自分より下や弱い



いところに流れる”もの”だそうです。また、「怒ってはいけない」のではなく、まずは自分が許せる範囲を広げること、ついに怒るべきときは責める怒りかたではなく、自分の気持ちを表現する言葉で伝えることが大事だと教えていただきました。<共同募金助成事業>

第4回憩いの家所長杯ソフトバレー大会!

3月11日(水)高岡市福祉体育館にて第4回憩いの家所長杯ソフトバレー大会を開催しました。新型コロナの影響で、目標だった「障害者ソフトバレー大会」が中止になったぶん、参加選手はメいっぱいハッスルしました。カッシーチーム VS ミッキーチームの強さは互角、なかなか勝敗が決まらず接戦の末にミッキーチームが勝利しました。優勝トロフィーを受け取り、副賞としてカバンやぬいぐるみ、ヘッドフォンなどを獲得しました!



ひなまつり昼食会♪



3月3日(火)高岡まこと銀行さんの助成を受けて、盛大な昼食会を開催しました。大きな巻寿司や唐揚げなど食べきれないほどの品揃えで、みんな大満足しました。

自衛消防訓練を実施しました



みんなで速やかに脱出しました!

憩いの家4月の予定

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4 午前のみ作業 午後リラックスタイム カラオケ 手芸 おやつ
5	6	7	8	9 午前のみ作業 午後：社会参加活動日 カラオケ 手芸 おやつ 地域清掃	10	11 休み
12	13	14	15	16	17	18 午前のみ作業 午後リラックスタイム カラオケ 手芸 おやつ
19	20	21 一日作業 15:15憩いの家 運営会議	22 一日作業 13:30家族会定例会 あしつき ふれあいの郷	23	24	25 休み
26	27	28 給料日	29 昭和の日	30	5/1	2 午前のみ作業 午後リラックスタイム カラオケ 手芸 おやつ



おうちマージの日 竹林会

火曜 15:00~16:30
土曜 13:00~15:00

作業室でゆっくり職員と過ごしませんか？
コーヒーやおやつを楽しみながらお話ししましょう。
メンバーさん、その家族さんも大歓迎です。

いいですね。

そんなふうに思える日がくると

感じられる言葉ですね。

「なんとかなる。いつもそうだった。」

世界最高齢の人が言っていたわ。

Hさん：そういえば、テレビで一一四歳の

言ってますよね。

中野職員：毎日、テレビや新聞でコロナって

嶋田職員：新型コロナ、心配ですね。

なんとかなる

・犬の散歩 ワンコモマスク 欲しいな

・お茶の間に 笑いを届けた 志村けん

・川柳

ある日の憩いの家



新型コロナウイルス

感染症防止対策の徹底のお願い

自分からうつさない・自分がうつらないように
気を付けることが大切です

- ・こまめに うがい・手洗い
- ・バランスの良い食事をとる
- ・寝不足にならない生活をする
- ・混雑した場所へ行かない
- ・布製マスク、使い捨てマスクなどをする

もし、こんな↓症状があるときは十分な回復まで来所を控えていただきます。

- ・鼻水、咳・頭痛などの症状。
- ・37.5℃以上の熱がある。
- ・息苦しい。
- ・下痢がある。

家族に症状があるときもお休みください。すでにうつされている可能性があります。



ふんぱつランチDay

今月もふんぱつした風食メニューの
日を計画しました。献立はまだひみつ。
みなさん18日(土) 待っています♪



アルパーゼに行こう

今月は4月15日です。職員と一緒にゆ
っくりお茶をしませんか？
2時にお店でお待ちしております♪



匿名さんより「すみっこぐらし」

お花見弁当 食べよう会

4月9日(木)作業後
憩いの家でいただきます

新型コロナの影響で、お花見の散
策は自粛します。

でも！みんなで満開の笑顔でお
食事会をしませんか？

申込みは掲示板まで。

射水市のNPO法人
むげんさんから
購入したキュー
リップがきれい
に咲きました。
春がやってきま
したよ♪

