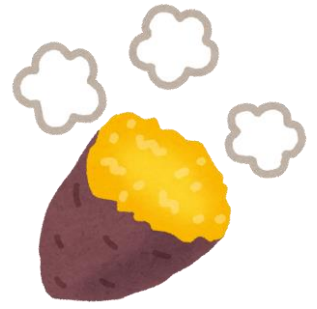


そんなり通信 vol.110



地域活動支援センターMネット 広報誌 H30年11月号
発行者：社会福祉法人Mネット東遠 地域活動支援センターMネット
菊川会場：菊川市本所 1407-4 TEL0537-28-9716
小笠会場：菊川市赤土 1660-1 TEL 0537-73-1020 FAX0537-73-1034

10月のサロン活動

☆10月9日（火）【オムライスを作って食べよう】
約20人分のオムライスをどうやって作ったらいいのだろうか…とボランティアさんを悩ませたオムライス作り。なんと炊飯器でチキンライスができちゃうんです♪お米と水、具となる鶏肉、玉ねぎ、人参を細かく切り、ケチャップや中濃ソース、コンソメ等の調味料を混ぜ入れて、あとは炊飯器のスイッチを押すだけ！あっという間に20人分のチキンライスが炊き上がります。あとは人数分の薄焼き卵を焼き、綺麗に盛り付けて完成です。サツマイモのサラダとコンソメスープ、フルーツと今回もボリュームいっぱいのおムライス定食をみなさんでおいしくいただきました。



☆10月23日（火）

【資生堂アートハウスを見学に行こう】

今回のサロンは芸術の秋ということで美術鑑賞を楽しみました。日々慌ただしい日常を送っている私にとっては、静かな雰囲気で見学することで気持ちが落ち着き、リフレッシュに繋がりました。また資生堂企業資料館の見学もおこない、20年以上前の資生堂の商品やポスターなどを見ながら、「このポスター覚えてる。」「この整髪剤使ったことがある。」と思い出に浸りながら参加者の会話は弾みました。



11月のぴあぴあサロンのお知らせ



内 容：100円食堂【チャーハンと餃子を作ろう】

日 に ち：11月12日（月）

時 間：9：30～11：30調理 11：30～12：30食事・片付け

会 場：プラザけやき2階栄養指導室

持 ち 物：材料費100円、エプロン、帽子、バンダナ等髪を隠せるもの。

※ご飯を食べるだけの参加も大歓迎！！たくさんの皆様のご参加をお待ちしております。

内 容：外出サロン【小國神社に紅葉を見に行こう】

日 に ち：11月20日（火）

時 間：9：30 プラザけやき出発 10：00～11：00 小國神社散策

11：40 プラザけやき到着予定

もちもの：お小遣い（必要な方）



第5回こころの健康づくり講演会が行なわれました。

9月30日（日）、プラザけやきにて第5回こころの健康づくり講演会が行なわれました。今回の講演は「精神科受診と病気の治療について」というテーマで、たぐちクリニックの院長である田口博之先生にご講演いただきました。当日は雨の降る中でしたが、多くの方にご参加いただき、用意した席が足りなくなるほどの盛況ぶりでした。

今回の講演では、具体的な精神疾患について、どのような病気なのか、どんな基準で診断されるのか、どのような治療がされるのか、などについてお話していただきました。その中で、悩んでいる人に気が付き、声を掛け、必要な支援に繋げる人（ゲートキーパー）についてのお話があり、改めてそのような人、支援の大切さについて気が付きました。

参加者の皆さんからは「医師から話を聞く機会がないのでとても参考になりました。少しでも精神疾患について情報が入ってよかったです。」「普段の診療、対応した患者さんのことなどを交えて、具体的に話して下さって分かりやすいお話だった。」など、多くの感想が寄せられました。また台風の影響で質問時間を十分に設けることができず、参加された方から「残念だった。」「もう少し話を聞きたかった。」といった声もあがりました。学ぶことが多く、これからに活かせる講演会でした。田口先生ありがとうございました。

