

ステップ通信

2月のプログラム 活動状況報告！！

東日本大震災から今年で13年たちました。阪神大震災や今年の能登地震もそうでしたが大きな地震は偶然にも寒い時期に起きています。寒さ対策として非常持ち出し袋にアルミブランケットやカイロを入れておくことをお勧めします。100円ショップでも購入できますので“備えあれば憂いなし”です！

●2/1(木) 『アーティストと話そう』

アーティストとしてご活躍されている有門正太郎さんをお招きして交流をいたしました。参加したメンバーがそれぞれ自己紹介すると有門さんはとても気さくに話しかけてくれました。一人ひとりの話をとても丁寧に聞いて話を広げてくださるので、メンバーさんの笑いを誘い和やかな雰囲気につつまれました。最後に昔話の紙芝居『となりのさくら』をととてもよく通る良い声で感情豊かに読んでいただきました。有門さんの世界にぐっと引き込まれたアートな一日でした。



●2/19(月) 語ろう！グループ 『薬剤師さんと話そう』

アイン薬局の明樂(あきら)薬剤師に来て頂き、プログラムの全てをQ&A形式で進めました。メンバーさんからの質問が次々に飛び出し、あっという間の1時間でした。メンバーさんの質問に対して、薬剤師さんより具体的に分かりやすく説明して頂きました。薬にはどのような種類があるのか、どのような症状に効くのか、薬はどのようなメカニズムで身体に作用するのか、等々、メンバーさんの実際の生活をイメージしながら話していただきました。



お知らせ 喫茶ぴあからのお知らせ

●店内にカプセルトイ(ガチャガチャ)設置！

喫茶ぴあの店内入口にある赤いガチャガチャ…、これは障がいのある方々のアートをサポートするブランド(a lot of OPTiONS)がプロデュースした社会貢献型カプセルトイです。愛媛県在住の障がいのある方々の作品やハンドメイドの雑貨等が詰め込まれていて、これを1回回すことで障がいのある方々との距離が縮まり、さらにはこのカプセルトイに関わる方々の喜びや希望を生み、自立支援につながる仕組みとなっています。ご来店の際にはぜひチェック☑を！



新着！情報BOX!!

●第29回 精神保健福祉について理解を深める講座 『フレイルを考える～健康寿命を伸ばすために～』開催しました



3月2日(土)ステップ3階講堂で、松山記念病院の山岡傳一郎医師を講師に迎え、講演を行いました。良いフレイル改善サイクルにすることが大事であることや、お灸による健康づくり効果、東洋医学の教え等をご紹介いただきました。また、当日は有志のステップメンバーに受付等をサポートしていただきました。ありがとうございました！

