

ステップ通信



6月のプログラム 活動状況報告！！

●6/6(金)・6/12(木)「園芸サークル」

6/6(金)にステップ裏庭に夏野菜を植えました。プランターにメンバーで選んだミニトマト、バジル、サツマイモ、すいかを植えました。ミニトマト以外の野菜は初挑戦！秋には焼き芋を試してみたいですね！成長の様子を見守りましょう。



6/12(木)は松山記念病院山岡先生と一緒に病院中庭を散策。葉っぱや実を手に取り、触感や香り、味を感じました。

「西洋風に造られている中庭は日本一の庭」「美しい花を咲かせる芍薬は漢方薬としても重宝される」等、次から次に飛び出る先生の知識の広さにも脱帽です。

●6/20(金)「語ろう！グループ～自分を語ろう～」

自分の障害や病気について、そしてそれを受容したり向き合ったりする自分なりのやり方、自分の生い立ちや幼少期のこと等、参加者自身の言葉で語り合いました。メンバーさんの経験は、皆さんそれぞれ。様々な経験をされたメンバーさん同士だからこそ、分かり合える感覚。優しい言葉とまなざしが飛び交う時間でした。

グループワークで他の人の話を聞いていると…（感想）

- 「自分とは違う視点があり、勉強になる」(Mさん)
- 「自分のことって一番わかりにくい。視野が広がる」(Tさん)

喫茶ぴあからのお知らせ



●かき氷、好調です！！

今年は梅雨明けが早く、連日暑い日が続いたせいか、かき氷がよく売れています。冷房の効いたびあでひと休み…、かき氷で身体の中から冷やしませんか？



～喫茶メンバーからのメッセージ～

「私のおすすめ商品はアイスティーです。食後にはアイスコーヒーが合うと感じますが、単品で頼むのならアイスティーの方が後口がスツとしてさわやか。私はミルクを入れずストレートで飲むのが好きです。メンバーが一杯ずつ心を込めて淹れてますのでぜひ喫茶ぴあのアイスティーを飲んでみてくださいね！」



～かすてら より～

新着！情報BOX！！

●第32回精神保健福祉について理解を深める講座(8/1(金)～8/31(日))動画配信で開催！

テーマ：「足踏みしてもいいですね？」

～「ひきこもり」の体験と支援の現場から～

講師：◎松山市保健所保健予防課精神保健担当者

◎松山市障がい者南部地域相談支援センター

藤本 篤センター長

体験発表者：「ひきこもり」経験者

視聴方法：スマホからチラシの

QRコードを読み取るか、

ご自宅のパソコンで



地域活動支援センターステップ🔍と検索

『第32回精神保健福祉について理解を深める講座』

をクリック！