



大切な人に小さな幸せを贈ろう！

5月14日は母の日ですね。

「誰かに何かしてあげたい」「何かプレゼントしてあげたい」と思うと、なぜか自分に投資するより幸福感が増すことは、心理学的に実証されています。誰かにどんな幸せを祈りたいか、誰かに何を贈りたいかをみんなで考えてみました。



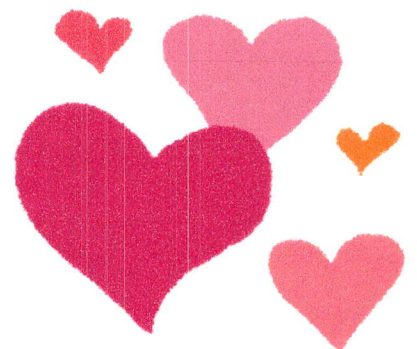
「誰にどんな幸せを祈りたいですか」

- ・福井に住んでいる子どもたちが、生き生きと健やかに成長するように
- ・息子の健康と成長を温かく見守りたい
- ・家族が自分の健康に気を遣って長生きするように
- ・文通しているロシアの友人が、昨年のウクライナ侵攻で海外留学のプランが延期になってしまったので、今年は無事に留学に行けますように
- ・友人の仕事が成功するように
- ・リワークに来ている人が、みんなうまく復職するように
- ・甥2人が、社会人1年目を無難に乗り越えますように
- ・親友が元気になって、笑顔になりますように
- ・家族みんな健康で長生きしてほしい
- ・息子と夫（ついでに私も）の幸せを祈りたい
- ・ロシアのウクライナへの軍事侵攻が一刻も早く終結して、お互いの国の人達が平和に暮らしてほしい
- ・友達が退院してほしい
- ・差別やいじめ・虐待・戦争を含む、全ての争いがなくなることを願う
- ・お墓参りに行ってきたい
- ・みどりメンバーでなかなか元気になる人の話を聞いてあげる
- ・デイケアに通う人たちが、少しずつ回復して元気になってほしいのと、明るい笑顔をいっぱい見せてほしいと思います
- ・大切に思っている人が、一生幸せでありますように



「誰に何を贈りたいですか」

- ・献血をして、病気の人の役に立てたい
- ・妻に iPad 用のタッチペンをプレゼントして、便利にしてあげたい
- ・母の日に、家族みんなでケーキを食べたい
- ・母の日に、花の苗を贈りたい
- ・今年結婚した友人に、お祝いとして食事をごちそうしたい
- ・両親にケーキをプレゼントしたい
- ・いつになるか分からないけど、母を県外に連れて行ってあげたい
- ・祖父にお酒を贈りたい
- ・友人に手紙を出して、家族や友人の誕生日にセルフケアグッズを贈りたい
- ・友人に、手編みのハンドウォーマーを贈りたい
- ・妻に7号サイズのケーキを買ってあげたい
- ・母に肉の鉄板焼きをごちそうしたい
- ・母の日に「感謝状」贈りたい
- ・母に洋服のプレゼントを贈りたい
- ・お母さんをディズニーに連れて行ってあげたい
- ・母の日に家事の手伝いをしたい
- ・息子といっぱい遊んであげたい
- ・母の日にお花を贈って、お部屋を彩りゆたかにしてあげたい
- ・夫に普段の感謝を伝えたい
- ・大切な人に物を贈りたいけど、受け取らない人なので、感謝の気持ちを手紙に書きたい
- ・もう亡くなっているが、おばあちゃんの墓参りに行きたい
- ・姉、妹に誕生日プレゼントをしたい
- ・奨学金貸与の援助として、大学に寄付したい
- ・家族（両親、夫）に、「いつもありがとう」の気持ちを込めて、おいしいご飯を作り続けたい
- ・バラの花や手作りのペンダントを贈りたい



4月のデイケア活動

たのしむ

【遠足】

久しぶりの1日外出活動「春の遠足」に行ってきました。
みどりグループは、道の駅めぐり（南条山海里と越前たけふ）と北陸新幹線越前たけふ駅を散策しました。
心配だった天気にも恵まれました。
わかさグループでは、今回電車を利用して遠足に行きました。
行先は西山公園とベルに行きました。
当日は雨でしたが、コロナの規制が緩和され、久しぶりにフードコートで食事ができたり、ベルでお買い物ことができました。
リワークでも、桜の時期に足羽山までお花見ウォーキングに行きました。シャボン玉を持ってきてくれた方がいたので、みんなで童心に帰って遊びました。普段のスポーツプログラムでウォーキングに出ない方も参加し、にぎやかなお花見になりました。



はじめる

【新プログラム開始】

5月からは前期プログラムとなります。
わかさグループでは、簡単クッキングやわかさラボ、家事トレ、読書会といったプログラムが始まります！
また、就労支援や作り物屋など、曜日が変わったプログラムもあります。たくさんの方のご参加をお待ちしております！

【リワーク 集中力アップ講座】

きたえる

リワークでは、自主学習の時間に集中力アップ講座を行っています。これは、「続けられる力」「見つめられる力」「同時に見つけられる力」「変えられる力」といった「注意機能」を鍛える問題を解いていくものです。
繰り返し問題を解いていくことで、病気によって一時的に落ちた注意機能を改善することができます。



おしらせ

【GWのデイケアについて】

ゴールデンウィークの予定はお決まりですか？
今年のゴールデンウィークは、5月5日にデイケアを開きます。
希望者で文殊山登山に行く予定です。



【まごころ活動】

デイケアでは、週に2.3回のペースでTwitterとInstagramを更新しています。今年中にTwitter100人、Instagram150人の登録を目指します。2020年11月から始め、現在、Twitterのフォロワーは53人、Instagramのフォロワーは93人です。
応援してください！



twitter ⇒ @careyotsuba

QRコード ⇒



Instagram ⇒ @careyotsuba

QRコード ⇒



Instagram