

ゆうメール

2020年5月号

社会福祉法人
つむぎ福祉会



青年の自立支援センターゆう

〒 577-0054 東大阪市高井田元町2-4-6岸田興産ビル
TEL:06-6787-2008 FAX:06-6787-2018

日	月	火	水	木	金	土
					1 (体づくり) (〇〇を学ぼう)	2 開所日 14:30閉所
3 憲法記念日	4 みどりの日	5 子どもの日	6 振替休日	7 (クラフト)	8 (体づくり) (〇〇を学ぼう)	9
10	11 (体づくり) (コミュニケーションGW)	12 (公園清掃)	13	14 (クラフト)	15 (体づくり) (〇〇を学ぼう)	16 開所日 14:30閉所
17	18 (体づくり) (ボドゲ倶楽部)	19 (公園清掃)	20 会議のため14:30閉所	21 (クラフト)	22 (体づくり) (〇〇を学ぼう)	23
24/31	25 (コミュニケーションGW)	26 (公園清掃)	27	28 (クラフト)	29 (体づくり) (〇〇を学ぼう)	30 開所日 14:30閉所

<プログラム実施時間>
10:30~11:00…体づくり
11:00~12:00…公園清掃
13:00~14:15…コミュニケーションGW
14:25~15:30…クラフト・〇〇を学ぼう
ボドゲ倶楽部

**新型コロナウイルスの影響により、変更になる場合があります。
不要不急の外出は避け、自宅待機にご協力をお願いします。**

コミュニケーショングループワークについて

ゆうでは毎月、第1・3月曜日はコミュニケーショングループワークを実施しています。コミュニケーショングループワークでは、楽しみながらコミュニケーションスキルを身に付けられるように、ゲームを取り入れています。

例えば、怒りをコントロールする「アンガーマネジメント」をテーマにした回では、まず怒りのメカニズムや対処法について資料を基にして学習します。その後で市販されている「アンガーマネジメントゲーム」を行いました。「アンガーマネジメントゲーム」とは、日常生活で起こる怒りの出来事が書かれたカードの山から一人がカードを引き、そこに書かれてある怒りのエピソードに対して怒りのレベルがどの程度か10点満点で点数をつけます。他の人たちはその点数を予想するというゲームです。



また、短所を長所に言い換える「リフレーミング」をテーマにした回では、面接で短所を聞かれた時、短所を長所に言い換えて答える方法や例文について学習し、その後で市販されている「短所を長所に言い換えたい焼きゲーム」を行いました。「短所を長所に言い換えたい焼きゲーム」は、長所が書かれてある「たい焼き」の形をしたカードをカルタのようにして並べ、読み手が読み上げた短所に対して、長所に言い換えることができるカードを見つけて取るというゲームです。参加された方はゲームを楽しみながら、同時にコミュニケーションスキルを身に付けていけます。



5月5日 こどもの日クイズ

5月5日は「こどもの日」！今回は、こどもの日に関するクイズを出題したいと思います！皆さん、ぜひチャレンジしてくださいね♪



問1. 5月5日は「こどもの日」ですが、別名はなんでしょう？

- ①桃の節句 ②端午の節句 ③七夕の節句



問2. 端午の節句に無病息災を願いながら食べるものは何でしょう？

- ①ちまき ②ひしもち ③おせち



問3. こいのぼりの並び順で正しいのはどっち？

- ①ひごい、こごい、まごい ②まごい、ひごい、こごい



問4. 5月5日こどもの日に飾る人形は

どれでしょう？

- ①ひな人形 ②日本人形 ③五月人形



5月のお知らせ

・5/16(土)に開催を予定していた第16回つむぎまつりは、新型コロナウイルスの影響を考慮し、開催を中止いたします。

