

イベントニュース

6月7日 料理教室

餃子をみんなで包み包みしている と、自然と会話が弾みます♪ 丁度良いボケとツッコミで笑いが 起きながら、共同作業をするのって 楽しいですね (*^_^*)









買ってきた唐揚げを酢豚 に使って時短レシピ、こ れオススメです☆



最終的に、麻婆豆腐、酢豚、餃子に担担麺、さらに白ご飯まで! 至れり尽くせりの豪華メニューです(笑)

そこらのお店の定食の様でしょう??

これで一人あたり 500 円以下! みなさん大満足のグループ活動 でした。



フリートーク

I さんからのメッセージ

5月から、火曜日のよかよかルーム STUDIOUS のサポートスタッフとして お世話になっております。

私も、よかよか、とろっこ、にいらっしゃる皆さんと同じような経験を経て、今に至っています。 よかよかやとろっこに来るだけでも、以前の自分より経験値は確実に上がっていますし、 前進していると思いますので、皆さん自信を持って欲しいです。

もちろん、一気にたくさんの変化を自分に課すのは、心の疲れにつながるので、 徐々にでいいと思います。

ただ、一歩進んだ今の状態がしばらく続いた先で、次にどうしたらいいか、 どこから手をつけていいのか、分からないという方は是非スタッフや相談員の方々に 話してみて下さい。

口に出して周りに話す事で、思いつかなかったアプローチを教えてもらったり、何かご縁があったりするものです。

人から聞いた受け売りですが、よかよか、とろっこは、失敗するための練習の場でもあります。 社会に出ていく前の1ステップとして、また世の中にはばたいていかれた後も 息切れしないように来て頂ければな、と思います。

写真館





初夏の茶畑

写真 : 東 千恵美





ターコイズのイヤリング

作: ユララ



とあるお庭の紫陽花化粧

写真 : まな

為导紙

木曜三時のテーマトーク

私は他人と話しをするのが大の苦手です。

特に大人数での会話には、発言するタイミングも分からないし 引っ込み思案なので入っていけません。

でも、STUDIOUSのテーマトークは一人一人話す機会があるので、 私でも発言する事が出来ます。

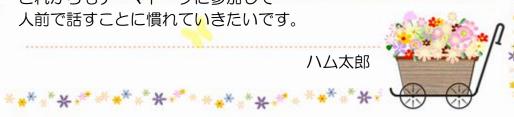
そしてスタッフや参加者の方はみなさん優しいので、

上手く話せなくてもちゃんと聞いてくれます。

このような場所があって本当に良かったと思います。

これからもテーマトークに参加して

人前で話すことに慣れていきたいです。







STUDIOUS の様子や予定表をプログに掲載しています。 また、通信のバックナンバーも HP から見れますので是非ご覧ください♪ → (http://yokayoka-room.net/studious.html)





①自分を動物に例えたら?

②最近のマイスーム



* * * *

② 囲碁を教える



Aさん

- ① ナマケモ
- ② 餃子克服









- ① たぬき



Nさん 1 鶴



- 2 座禅



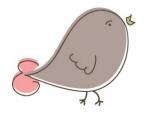


Sさん

① 熊



- ① 猫
- ② カラオケ





「人間がある状況において、いききと熱中している幸せな状態のこと」を表現しています よかよかルームのグループに参加する皆さんが、そういう状態を感じることを願って名付けました。



ご意見募集中&よかよかルームご案内

皆さんの原稿・感想・ご意見を募集しています。 あて先はこちら

◆住所◆

₹810-0073

福岡市中央区舞鶴2丁目5-1あいれふ3階 福岡市ひきこもり成年地域支援センター

よかよかルーム

TEL: 092-716-3344

HP: http://yokayoka-room.net/

運営: NPO法人JACFA 所轄:福岡市精神保健福祉センター





表紙: YOSS 編集:よかよかルーム 2016年6月 発行