



## 今月の名言

所長 中馬 慎一郎

**何かを学ぶのに自分自身で経験する以上に良い方法はない**

アルベルト・アインシュタイン(ドイツの理論物理学者)

人間が成長するということはどういうことか。知らなかったことを知り、出来なかつたことができるようになった時にそれを感じられるのだと思います。そのためにはできない事に挑戦し経験することが必要となります。しかし知らない事や未経験のことについては、なかなか自分から飛び込んでそれをやってみようと思うことはできない事もあります。興味・関心があることや「楽しそう」と思えることに限っては自分から積極的に行うこともできるとは思いますが、「成長のため」と考えると急に重い出来事のような気がして、それを避けてしまふこともあるかもしれません。

まずは自分自身が経験することが大切になります。他者に言われたままを行うのでは、操り人形と同様に体だけが行動しているという状況になります。操り人形は何をどのように経験したからといって自分で動き出すことはできません。自分で動けるようになるためには、しっかりと自分で考え、苦慮しながら経験していくことが大切です。人の真似をしたり、指示を受けながら「動かされている」という状態よりも「自発的に動くこと」を増やしていくことが自己の学び、成長につながるのだと感じました。

デイサービスの運動なども、ご自身が目的と意思をもって取り組む(経験することが大切になります。青葉の季節、皆様も同様にまだまだ枯れておりません。せつかくの機会ですので積極的に経験していきながら成長へとつなげていきたいと思います。)

# 月間教室予定表7月

※予定は変更する場合がございますのでご了承くださいませ。

月	火	水	木	金	土
1日	2日	3日	4日	5日	6日
スポーツ(卓球)	硬筆	書道	物作り	新聞作り	すごろく遊び
8日	9日	10日	11日	12日	13日
コーラス	園芸	硬筆	書道	すごろく遊び	スポーツ(卓球)
15日	16日	17日	18日	19日	20日
硬筆	書道	すごろく遊び	スポーツ(卓球)	新聞作り	日本語遊び
22日	23日	24日	25日	26日	27日
書道	スポーツ(卓球)	コーラス	すごろく遊び	園芸	物作り
29日	30日	31日			
物作り	すごろく遊び	スポーツ(卓球)			

## 園芸教室



## 夏の食中毒予防!

### つけない

- 手洗い・手袋の着用
- 器具を使い分ける
- 清潔な調理器具を使用する



肉や魚介類は専用の容器に入れましょう!

### 3原則

### ふやさない

- 低温で保存する  
冷蔵庫 10℃以下  
冷凍庫 -15℃以下
- 詰め込みすぎない(7割程度)



作ったら早めに食べましょう!

### やっつける

- 中心部まで十分加熱  
85~90℃  
90秒以上
- 器具の消毒



消毒には熱湯や塩素系漂白剤が有効です!

## 10年表彰

10年間のご利用に感謝し、表彰させて頂きました。これからもよろしくお願いいたします♪



早水事業所では

**見学・体験**の受け入れをしております♪

いつでもお気軽にお越しください☆

ハートケアサービス早水事業所

TEL: 0986-36-6886

生活相談員: 西山

※ご利用者の同意を得て写真を掲載しております。

## コーラス教室

