

こころベース通信では、日々の活動や行事について紹介させていただいております。



☆☆☆新年のご挨拶☆☆☆

謹んで新年のお慶び申し上げます。

こころベースは本年1月より開業3年目を迎えます。まだまだ日は浅いですが、より良い支援サービスの提供に努めてまいります。

本年も何卒よろしくお願ひ申し上げます。

二〇二五年一月

施設長 丸本敏久

△▼△▼△合同火災避難訓練に参加△▼△▼△

12月10日、クラベスビル入居者の合同火災避難訓練が消防署の立ち合い・指導の下行われました。

火元はこころベースという設定で、初期消火・通報・避難を行いました。実地訓練をやってみて『備えておかなければならない事』が色々と見えてきました。こころベースが入居しているビルには他の事業所様が階上階下にいらっしやいます。ビル全体でいかにスムーズに連携していくかが、大切な命を守る重要なカギとなる事がよく解りました。消火器の使い方についても手順と理由を教えていただきました。



消火器の使い方を体験



今回は消防車も出動!!



火災受信機操作盤の説明

◇◆◆◆◇体力づくり(有酸素運動)◇◆◆◆◇

こころベースでは、体力づくりは①筋トレ②有酸素運動③ストレッチの3つに分けて実施しています。

12月18日は有酸素運動を行いました。

有酸素運動とストレッチは基本YouTubeの動画を見ながら実施しています。こころベースでは「たけまり」さんの動画が取り組みやすくて人気があります。

いつも通りみんな息を弾ませながら、良い汗をかきました。



📖裏面もご覧ください

☆☆☆☆クリスマスランチパーティー☆☆☆☆

12月20日、こころベース開設以来2回目のクリスマスパーティー。10月のハロウィンランチパーティーに続いて今回もお客様をお招きしてのパーティーです。ビンゴゲームとクリスマスソングを歌って参加者みんなで楽しいひと時を楽しみました。ビンゴゲームでは利用者さんが“呼びに行った”サンタクロースがビンゴマシンの操作をしてくれました。



とっても美味しいクリスマスランチ



なぞのサンタさんと名司会者



番号読み上げと記入担当の利用者さん



お招きた大生産業様と



輝生会楽寿の皆様と



プレゼント交換会は嬉しくていけ!!



パーティーの後は、こころベースの利用者さんと職員でプレゼント交換会をしました。2週間ほど前に、『誰が誰にプレゼントするか』をくじ引きで決めて、その人が喜びそうなものを用意するという企画です。みんなそれぞれに相手の事を考えてプレゼントを用意しての交換。あちこちで感謝の言葉が出ていました。



◇◆◇ 編集後記 ◇◆◇



ハロウィンイベントが終わったら、クリスマスの準備。秋を過ぎるとあっという間の一年でした。そして今年2月に自立訓練を終え、ここを巣立つ利用者さんもいらっしゃいます。ただ楽しむだけでなく、日々の生活が出来るだけ自分でできるよう、支援してまいります。2025年どうぞよろしくお願いいたします。(Macky)

発行元 福祉型専攻科 こころベース 大津市大萱1丁目5-28 クラベスビル2階 077-511-9933

©2024 Mental Power Support Co.,Ltd

