



自分たちで作った新聞です！

僕の名前はコージーです！
よろしくね☆
実は僕も手作りだよ！



COZYグループとは

COZYとは高次脳機能障害の略で病気や外傷によって脳に損傷を受け後遺症を持つ人たちが情報共有し、話し合って外出や調理などの活動を主体的に行い、自分らしく生きることを目指しているリハビリグループです。

創刊によせて

私はCOZYに属している63歳の男性です。仕事中脳出血で倒れ手術後退院して東京リハビリテーションセンター世田谷に入所しました。それまで一人で悩んでいた病気の事や将来の不安をグループに参加し、悩みや不安を共有でき、社会復帰する為に障害をもちながら色々な事に挑戦するという共通認識を持ちました。そして、共に励まし、協力していく意識や友情が育まれ深まっていきました。そんなリハビリ活動をしている男性が構成するグループです。この新聞はそれぞれが障害を乗り越えるためにリハビリしている活動の記録であり主張でもあります。我々の発信することが同じ障害を持つ人たちの幾許かの参考になり小さな慰めになればとの思いで刊行した次第です。同時にもっと広く皆様にしってもらい、ご理解賜れば幸いです。

作文 デメキン



活動内容

月曜は調理、火曜は外出訓練を行なっています。午後からは個々のやりたいことをするマイメニュー活動を行っています。

調理訓練



月1回今は男だけの料理で、料理本にそって作っています。調理の後で皆と感想を述べながら食べるのが楽しみです。



<メニュー>
レンコンの豚キムチ
きのこのソテー
豆もやしの味噌汁
フルーツヨーグルト

個別活動



切り絵：グリーンスリーブス
ペンタイプのカッターをつかい指先の訓練集中力強化
羊毛フェルトキット：セキレイ
新しいことにチャレンジしたい



パソコン：ケニー・セキレイ
→Word・Excelの練習としてスケジュール作成をしています

外出訓練

毎月最後の火曜日に皆で話し合って外出先へ行きます。外出先の場所や近くに食事をする場所、最後に交通手段を決めます。



浜離宮恩賜公園や豪徳寺
に行ったんだ！
僕も行きたいなあ！



メンバー紹介

- | | |
|-----------------|---|
| OMEGさん | とても温厚で物静か。普段料理はしないそうですが、作る料理はいつもおいしいです。 |
| レオンさん | 料理の見識が深く探求心も人一倍強い。 |
| セキレイ | 今はやりのスイーツ男子。ペンギングッズに目がない。 |
| デメキン | 現代人が忘れてる読む、書くが大好きな九州男児。 |
| Kennyさん | 海外の生活が長く、言葉の端々に新鮮な発見がある。 |
| ふぐ山雅治さん | 孤高の職人 |
| Green Sleevesさん | 元バンドマンで、ユーモアがありリーダー的存在。 |

次回は8月！
お楽しみに！



スタッフへのインタビュー！（①モットー ②好きな食べ物）

- | | |
|------------------------------|-------------------|
| 高橋 ①「自分らしく」 | ②エッグタルト、カスタードクリーム |
| 奥 ①「生きてるだけでまるもうけ！」 | ②フレンチフライ |
| 笠原 ①「楽しいから笑うのではなく、笑うから楽しいのだ」 | ②小籠包 |
| 福澤 ①「苦手なことを頑張る。」 | ②うなぎの肝焼き |

センターからのお知らせ

3月からコロナ対策をしています。
入館前に体温測定、手の消毒、マスクの着用をお願いします。

ご意見 ご感想

皆様のご意見や読んだご感想などお聞かせください。参考にしてCOZYTIMESの内容を充実していきます。

setagaya.seijin@mt.strins.or.jp

東京リハビリテーションセンター世田谷 自立訓練