



自分たちで作った新聞です！



6月は羽根木神社に行ってきました！



7月は次大夫堀公園！
茅葺屋根の迫力凄いです！

がいしゅつくんれんにっき 外出訓練日記

6月は羽根木神社へ歩いて行きました。もっと大きな神社と思っていたら、小さな公園くらいの神社でした。古びた石碑を目標に歩いていくと見つけやすいです。散歩がてら一度行ってみてください。

7月は成城学園前から徒歩20分の所にある次大夫堀公園へ外出しました。どちらも知っているようで知らない近場。公園では茄子、きゅうりを作っていて、お持ち帰り自由でした。鴨が2匹いました。

～外出訓練の目的～

自立した生活を送る為行き先、乗り換え、昼食先を調べて計画を立てる。そして実行して反省点を話し合い次回につなげる。このようにみんなで一つの事を決め意見を話し合います。お互いを思いやり社会に溶け込む訓練をしています。

～コロナウイルス対策について～

人混み、大きな街、都心を避けることを心掛けて、外出を実施しています。
昼食は、テイクアウトをしてセンターで食べています。
以上のことはみんなで決めたルールです。



外出について
計画中だよ！

活動内容

園芸始めました！！メンバー募集中です！

季節の野菜(トマト・つるむらさき・空心菜・トウガラシ)や花木を植え育て楽しんでます。
今、草採りに汗をかいていますが収穫する日が楽しみです。また、土いじりはストレス解消に最高です。



8月は、「まぐろの手ごねずし」「おくらの肉巻き」そして「しじみの赤出汁」。



調理訓練



楽しく作り、楽しくお喋り、そして片付けもね。

新メンバー紹介

おでん ⇒ とても大食いで、とても素直な好青年

メンバーから一言

OMEG : 雨、雨、雨と思ったら次は暑い暑い夏。皆さんも熱中症になんか負けないで頑張ってください。/
レオン : 調理でカレーを作りました。職員に美味しい！！感動！！と言われて、嬉しかったです。/
セキレイ : 個別訓練と違ってメンバーと話していると、色々な話が聞けるのでうれしいです。/
デメキン : コーギーグループに参加するようになり仲間が増え、何でも話し合っています。/
Kenny : メンバーと外出しました。楽しかったです。/
ふぐ山雅治 : COZYで農園を始めました。デメキンさんと今一緒に行っています。/
Green-Sleeves : 梅雨も明け夏本場、頑張るぞ。もりそばがうまい！！

次回は10月！
お楽しみに！



売店情報

営業日：月曜日～土曜日。AM 9 時～PM 5 時。
定休日：日祝日。
コーヒーマシンにてドリップした美味しいコーヒーが好評です。是非ご購入下さい☺♪
(HOT : 100円 COLD : 120円)

ご意見 ご感想

皆様のご意見や読んだ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