



急に朝夕の冷え込みが厳しくなってきましたが、日中は汗ばむ日もあり、何を着ていこうか迷ってしまいますね。調整しやすい上着など活用したり、気温を確認したりして、服を決めてもいいかもしれません。寒さを感じる日もあり、空気も乾燥しています。喉や鼻の不調を言われる方も増えてきています。マスクで喉のケアをして早めの対策をし、体調に気を付けていきましょう。



## 虐待防止等について

毎年 11 月は「児童虐待防止推進月間」です。子育ての悩みや質問がある方・児童虐待かと思った方は、児童相談所・市町村へお気軽にご相談ください。TEL【189（いちはやく）】で地域の児童相談所へつながります。連絡は匿名で行うことも可能で連絡内容等の秘密は守られます。私たち大人が「子どもの最善の利益」のために理解と協力をしていくことが大切だと思います。また、厚生労働省からのチラシも一緒に配布させていただきますので、一読して頂ければと思います。右記 QR コードから厚生労働省「虐待防止等に関する」特設サイトも閲覧頂けます。



## ～ 日々活動 ～

### 動画鑑賞【ちゃんと説明できたかな？】

相手の立場に立ったり、大まかな説明と細かな説明を組み合わせたりして伝える動画を鑑賞しました。よく行く場所への説明を 1 グループをお願いをしました。言いたいことはたくさんあるけど…という気持ちは伝わりましたが、譲り合いながら、力を合わせて説明をしてくれました。

### SST かるた【暗黙のルール】

教えてもらえないルールの「暗黙のルール」。生活をする中で身に付けて行くルールということもあり、知らないことも多く、自分もしていたかも？と振り返る方もみえました。自分の行動を振り返ることが、素晴らしいと感じました。難しいのですが大切なことなので、繰り返し行っていききたいと思います。

## ～ 余暇活動 ～

### 明治村へ秋の散策



明治村へ行き、自然や食べ歩きをしながら秋の散策を楽しみました！カレーパンやコロッケなどの美味しいものや昔の色々な建物なども見えて、天気も良かったので気持ちよく散策ができました。

### カラオケ



JOYJOY に行き、カラオケを楽しみました。1人で歌ったりみんなで歌ったり、踊ったりと、みんなで大盛り上がりで楽しいカラオケとなりました。

### 調理実習「かんたんオムライス」



地域交流館ふらっとにて、調理実習をしました。今回のメニューは野菜と卵を炒めて、ご飯にのせるだけの「簡単なつけオムライス」を作りました。初めての調理の方も一生懸命がんばっていました。

## ～ お知らせ ～

### ○選べる取り組みの日

11 月より、火曜日に「作業トレーニング」か「パソコンスキルトレーニング」のどちらかをお選び頂ける日程を設けて実施しました。パソコンの取り組みに興味のある方、月曜日に参加出来ない方などご参加もお持ちしております。

### ○上履きのお持ち帰りについて

今年も残り僅かになってきました。今年最後のご利用日には上履きをお持ち帰りいただきますようお願い申し上げます。