



## ◆ソーシャルクラブ

6月24日、箕面市の箕面大滝へ参りました。阪急箕面線箕面駅近くの売店で紅葉天婦羅を購入し、記念写真を撮影した後、山道を2.6km歩き、箕面大滝に到着し、紅葉天婦羅を食べました。前日、箕面市では大雨が降っていたこともあり、通常よりも雄大な箕面大滝でした。箕面大滝に行った後は、ミスタードーナツ第1号店である箕面ショップに寄り、ドーナツやコーヒーなどを飲食楽しみました。(利用者A)



ラウンドワンのスポッチャにて、フリータイムで時間一杯満喫しました。この日は全身ジャージ姿で挑み、少し気合い入れ過ぎた感じでした。最初はミニボーリングでスコアが一番高く、幸先の良いスタートでした。その後は卓球やテニス等で楽しみ、経験のないビリヤードもやりましたが、ルールを教えてもらいながらも楽しむことができました。良い運動になったのと同時に、普段とは違った環境で皆の素顔を見る機会になりました。(利用者B)



## ◆個別懇談を終えて

エンカレッジに通い始めて、早くも3ヶ月が経ちました。個別懇談では、私の母にエンカレッジで私が行っているオフィスワークと午後からの講座各々についての説明をしました。懇談以降、以前は疲れていてそれどころじゃなかったけど、体力面と精神面に余裕が出始めているからか、帰宅してからの母との会話が一段と増え、私は「今日は〇〇があって〜…」など、エンカレッジでの1日を母に伝えるようになりました。日々の成長の過程を見守ってくれている人がいると思うと、俄然やる気が出てエンカレッジでたくさん学び、日々精進していこうと思いました。(利用者C)

## ◆プログラムの感想

6月21日(火)、グループワークの一環として「新聞紙タワー」に取り組みました。内容は新聞紙1部とガムテープを使い、それぞれのグループで新聞紙のタワーを制限時間内にできるだけ高く組み立てる、というシンプルなものでした。しかし実際にはその単純な作業でも、作戦を立て、チームワークを意識しながら作業するという目的があり、さらに「できるだけ新聞を節約し、安定したタワーを建てよう!」という工夫や、「他のチームより高くしよう!」という熱意から、タワー製作は当初からは考えられないほど白熱したものとなりました。個人的には何か童心に返ったような懐かしい気持ちになり、リフレッシュにもなったように思います。(利用者D)



## ◆ご家族の皆様へ

雨の日が多くなり、気持ちも沈みがちになってしまいう季節ですが、いかがお過ごしでしょうか。エンカレッジでは、そんな気持ちを少しでも軽くするためのReフレッシュ講座があります。これまでは、自分の好きな絵や写真を集めるコラージュ、香りによってリラックス効果を高めるアロマなどを実施してきました。就職するためだけでなく、働き続けるために役立つ講座があるのもエンカレッジの特徴かもしれません。ぜひ、ご自宅でReフレッシュ講座のことを聞いていただき、ストレス解消やリラックス方法について考える機会にさせていただければと思います。(所長 東 良太郎)

## ◆7月の予定

- 7月25日(月) AMのみ(創立記念日)
- 7月26日(火) PC記録会
- 7月29日(金) ソーシャルクラブ

## ◆編集後記

今回初めてエンカレ通信を担当し、感想としてはすごく緊張しています。自分がデザインしたレイアウトが他の方々が観た際、どう思われてるか考えるとドキドキします。読みやすく、見やすいデザインを意識して作りましたので、少しでもそれが伝わってくれたら幸いです。次回のエンカレ通信も別の利用者の方がデザインを担当されるそうなので、来月号もぜひご覧くださいませ。