



ソーシャルクラブ



7月のソーシャルクラブでは、昼飯にふらのキッチンというレストランに行きました。また、同じフロアにあった中華料理のレストランも美味しそうでした。次に、天王寺駅構内にあったゴッホの絵の前で写真を撮りました。また、美術館では残念ながら基本は写真撮影禁止でしたが、大きい絵等の写真を撮影できてよかったです。そして、美術館内は本当に綺麗でした。最後に、タリーズコーヒー天王寺公園店でドリンクを飲みました。

(イスタンブール大好き)

私は初めてのソーシャルクラブで、あべのハルカス美術館に行きました。初めてのハルカスでしたが、高さに圧倒されました。私が見に行ったのは、「深堀隆介展 水面のゆらぎの中へ」です。本当にたくさんの金魚をモチーフにした展示物が並んでいて、どれも金魚が美しく表現されていました。一つ一つの作品に命名するという作者のこだわりも感じられました。緊張もありましたが、終始良い雰囲気に参加することができて良かったです。

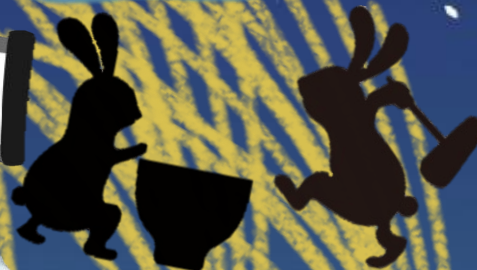
匿名

エンカレッジ大阪に通い始めて、2か月が経ちました。私は、大阪府吹田市万博記念公園にあるVSパークに行きました。私自身、過去一度も行ったことがありませんでしたが、この施設はYouTubeやSNSで話題の面白アクティビティが24種類以上あるため、どんな人でも楽しませてくれました。私は、足ツボPKを体験し、足の痛さを体感しました。今回のソーシャルクラブでなかなか充実することができました。

匿名



就職者の声



この度、D社に就職が決まりました。昨年の4月に入所してから、様々なサポートがあり自分なりに成長できたと思っています。いくつかの企業様に実習に行かせていただき、自分がどのような仕事に向いているか知ることができました。その中で、D社の環境や社員の方々の働く雰囲気を魅力に感じました。今後は、大変なこともあると思いますが、努力し前に進んでいけたらと思います。皆様、本当にありがとうございました。

匿名



裏面へ続く

成瀬さん特別講座



先日「自己肯定感」をテーマにした講座がありました。この講座で面白かったのは、下がった自己肯定感は「上げる」のではなく「取り戻す」ものだと考えていた点です。そして、取り戻すために必要なこともいくつか学びましたが、特に印象深かったのは「過剰適応を減らす」ことです。これは、やりたくないことや苦手なことを、時々断りながら少しずつ減らしていくという方法で、「『私』を主語にして伝える」という断り方も参考にしました。

「RYU」

リフレッシュ講座



先月15日のリフレッシュ講座でストレッチをしました。軽くストレッチをするのもリフレッシュ効果として大切だと学びました。動画を観ながらストレッチをしました。私も色々挑戦できました。講座で体験したストレッチは毎朝、取り組むようにしています。これからも継続して行きたいと思います。

KEN

亀田さん特別講座



講義を受けた当初は複雑に感じる事が多くあり、イメージができてなかったです。ライフハックは自分に合うのを探すことと、意志力に頼らないことだと聞き、これから就職先を探していくうえで参考にしようと思いました。また、仕組み化と習慣化を学び、仕組み化は、自分が「こんな人生で歩みたいなあ」と書き出すことで人生が豊かになるものだと思います。習慣化は、毎日自分が必ず「これをやろう」と考えてみることで少しずつ実践していくことがいいと学習しました。

ネモ

ご家族様へ



懇談の席で、ご利用様がエンカレでのがんばり・成長について、ご家族にあまり話しておられないと分かる時があります。ご家族様から「そんなことをがんばっていたの?」、「こんなことが出来るようになっていたの?」という声をお聞きすることもしばしば。「照れくさい」、また「この程度のこと、誰だってできるよ」と言われるのが怖い等の事情がありそうです。信じて見守り、ご本人の努力を受け止めて頂けるとありがたいです。

スタッフ:成瀬

編集後記



今回、初めてデザイン担当し、テーマは表にお月見、裏に秋らしくしてみました。巻物のタイトルバーが特に気に入ります。締切日までに間に合っただけです。9月もまだ暑いですが少しでも涼しさを感じて見てもらえたら嬉しいです。

(デザイン担当:朝はパンよりごはん派)

今回初めて編集長をやらしていただきましたが、色々ミスしてしまうことがありました。皆さんの迅速な対応してくださったおかげで無事に完成することが出来ました。

(編集長:かなやん)

来月の予定



9月13日(土)土曜開所

9月19日(金)ソーシャルクラブ

9月30日(火)月末開所日