

チームブルー地域活動支援センター

〒239-0842 横須賀市長沢1-13-3 2F

開所時間(火)～(土)10時～16時 電話046-874-6003



<茶話会に参加してみませんか?>

皆さん、チームブルーの茶話会に参加したことはありますか?

『話し合いは苦手!』『人が集まる手!』という方もいらっしゃるね。



無理に発表しなくても大丈夫です。

途中で退席しても大丈夫です(^^)

ぜひ、ご参加を検討してみてください。

茶話会は、毎月行っています。

2月は14日14時からです。

茶話会に関するご質問や心配事がありましたら、遠慮なく職員にお声掛け下さい。



※14日、午前中は閉所日です。ご理解ご協力をお願い申し上げます。



★北川ドクターの

ワンポイントアドバイス★



— 性格ですか、病気ですか(2) —

性格が治らない、変えられないというのは真(まこと)でしょうか?引っ込み思案で自分に自信が持てなかった小学生が、大きくなってオリンピックの選手になった話があります。性格を変える、性格が変わることはありうることです。

自分の性格を知ったうえで、日々の生活場面をどのように乗り切るか、イメージトレーニングをすることだってできます。相手の性格を知ったうえで、こちらの性格(作戦)を変更することだってできます。

性格は、一生変わらないものではないと思います。

著者プロフィール

東京大学医学部卒業
津久井浜クリニック元院長
福井記念病院 院長補佐
医療法人財団青山会副理事長



★★マグロ祭り★★

2月20日(火)はマグロ祭りです。マグロを直接握ってくれます。



参加人数に制限があります。

申し込みについては、抽選になります。

詳しくはスタッフまでご連絡をお願いします。



★お弁当について★

水曜日は【はるかなキッチン】さん

木曜日は【キッチン彩】さんを¥500で

注文できます。予約・キャンセルは、前開所日の17時までお願いします。

※土曜日の注文はありません。

※木曜日は昼食支援かお弁当

を選ぶことができます。



★映画鑑賞会★



2月21日は映画の日、13時30分からです。

タイトルは、直前までリクエスト募集中です。

お部屋の準備のため、参加希望の方は事前予約をお願いします。