

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

4月の予定

11日(金)：茶話会…参加者でお茶を飲みながらお話ししましょう。

16日(水)：ゲームの日…その日の参加者で何のゲームをするのか決めましょう。

詳細等は、職員へお尋ねください。



★北川ドクターの

ワンポイントアドバイス★

〈自由な意思はあるのだろうか⑩〉

あとひとつ、こうだろうといわれていることがあります。脳内にはセロトニンなどの神経伝達物質(野球のボールに見立てましょう)と神経細胞(ピッチャー、キャッチャー、野手などの選手に見立てましょう)があって、神経細胞たちはキャッチボールして、細胞間で信号をつなげているのです。

そのメカニズムを利用して、精神科の薬が開発されてきました。

たしかに抗うつ薬を飲むとうつ状態から回復する人がいます。そのことだけをとっても、脳細胞(物質)の働き(動き)と心に関連しているように見えます。

お弁当に関して

火曜日…ブルーシーズのカレー：¥200

水曜日…饗相のお弁当：無料

木曜日…キッチン彩のお弁当：無料

金曜日…おまかせ丼：無料

になります。

予約・キャンセルは前開所日17:00までになります。

また火曜日のカレーに関しては一定数に達しない場合は、おまかせ丼になります。ご了承ください。

イベントに関して

2月に利用者さんからのリクエストによる「地域の美味しいものを食べに行こう」と称して散歩と外食を組み合わせたイベントを行いました。

当初予定していたラーメン屋は休みでしたが、天候にも恵まれ気持ちよく歩いて、みんなでおいしくそれぞれが注文した物を食べる事ができました。

このように「何か皆でやってみたいことなどありましたら、リクエストいただくと形にすることが出来ます。

皆さんのリクエスト待ってます☆



著者プロフィール

北川年一先生

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 元院長

医療法人財団青山会 理事長

★午前閉所のお知らせ★

4月9日(水)は職員ミーティングのため午前中は閉所になり、**13:00～の開所**になります。お間違いのないようお願いいたします。

