

笑える輪TARUS

一つのテーマにチャレンジし、一緒に話し合しましょう

11月のテーマ:水彩画のはがき絵が描けると嬉しいね!

風景、花、食材など、そこにある物、あなたの目でとらえてみませんか?
眼で観察して、頭で構図を考えて、手で描く。3つの頭を使うので、頭の体操になりますよ。

*まず、目の前にある物を書いてみましょう!

*手作りの年賀状を作ってみましょう!

参加費
1000円



レクチャー後、飲み物とお菓子を準備していますので、話し合う時間を持ちましょう。
「絵なんて描いたことない」と言っている方、ぜひぜひ、ご参加ください。

11月20日 (日曜日)

13:30~16:30 10分前までにお越しください。

13:30~ミニレクチャー (一緒にはがきに絵を描きましょう)

終了 楽しんで頂いた後は、ご自由にお帰りください。

場所: BambiLion 住所: 芦屋市精道町3-20 ashaビル3F (阪神芦屋駅から徒歩3分弱)

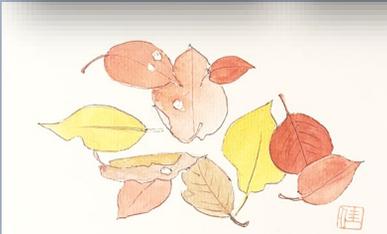
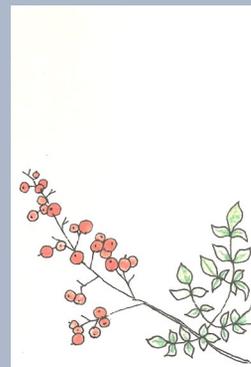
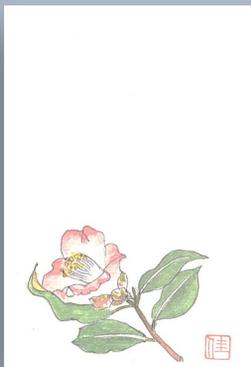
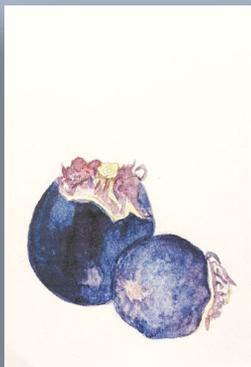
阪神芦屋駅の南(線路沿い)の道を東(進行方向)に向かって歩いてください。右手にあります。

Ashaのメンズサロンの東隣りの見えるところに、TARUSの看板を置いておきますので、外階段を3階まで登ってください。



〒659-0064
兵庫県芦屋市精道町3-20

お店Bambilionを水彩画のはがき絵に描いてくださいました。
こんな雰囲気のお店の外階段からお入りください。



画材(お花・果物・お野菜など)は準備します。
絵具や筆など、必要物品も準備します。

今からでも遅くない。素敵な絵が描けますよ。

参加希望者は裏面をご参照ください。



2022年度の計画

5月	29日	「食べる」とは？ 食の原点（満腹感・満足感）について考えてみましょう
6月	19日	転ばないからだをつくる ～フレイルを正しく知って健康的な生活を送りましょう！～
7月	17日	今日の気象と気象疲労 *そもそも、なぜ熱中症が起こるのか？ *暑い時、寒い時、身体はどのような変化をしながら調整しているの？
8月	21日	生活行動回復看護（NICDの基本的な考え方） *歳を取っても、障害があっても、その人らしく生きる！を支える
9月	18日	*季節を題材にしたパステルアートで楽しい時間を共有しませんか？ 年齢に関係なく誰でも簡単に楽しめるアートです
10月	16日	健康寿命を延ばすためにできること（実践編） *NICDの技術を活用して、動けるからだを食べ続けられる口づくり
11月	20日	水彩画で「はがき絵」を描きましょう。 *風景、花、食材など、そこにある物、あなたの目でとらえてみませんか？
12月	18日	認知症とうまく付き合うために *認知症かな？と思ったらどうすればよいの？
1月	15日	感染予防について インフルエンザ、ノロウイルスなど季節性感染症の予防について
2月	19日	自分の人生をどこでどのように終えたいですか？ ① 病院での看取り 自分が病気になったり、家族が病気になったりしたとき、どうしますか？
3月	19日	自分の人生をどこでどのように終えたいですか？ ② 在宅での看取り 自分が病気になったり、家族が病気になったりしたとき、どうしますか？

ご参加には予約が必要です。予約は、11月17日まで（先着20名）

申し込みは以下の内容をご記入の上、メールかFAXでご連絡ください。

①氏名 ②当日連絡可能な電話番号 ③メールアドレス

* Email chiemitaru@tarus.or.jp * FAX 078-291-5221

右のQRコードでホームページ<https://www.tarus.or.jp/>が表示されます。

ホームページの☒（問い合わせ）からでもメール送信できます。

ご記入いただきました個人情報秘匿し、予約確認のためのみに使用させていただきます。



私たちの法人【一般社団法人生活者支援ネットTARUS】が目指すこと

社会の中では、小さなことかもしれない。でも、自分にとっては重大事になります。
1人で悩まないで、一緒に話し合える場を作りたい。皆が知恵を出し合ったら、ちょっとだけ、
うまく生きられるかもしれない、と思っています。

- ✓ 私達は、さまざまな専門性をもった看護師がボランティアとして集まった集団です。
- ✓ 裏面に今年度の企画を掲載しています。健康相談や介護相談など、お受けしています。
- ✓ イベントの参加とは別に、ホームページからのご連絡をいただければ幸いです。

会費と寄付で運営しておりますので、ご賛同いただける方は賛助会員になっていただければ幸いです。
一口1000円としています。3口賛助会員（3000円）以上の方には、報告書およびお知らせを配信いたします。

12月のテーマ: 認知症とうまく付き合うために * 認知症かな? と思ったらどうすればよいの?

参加費
1000円

- 自分のためにも身近な人のためにも、認知症とうまく付き合っていく事は、生活の質(Quality of Life)を守るために大切です。



レクチャー後、飲み物とお菓子を準備していますので、話し合う時間を持ちましょう。
認知症ケアに関する相談はもちろん、その他の相談も受けますよ。
はがき絵もパステル画も展示しています。季節に合わせた絵画を楽しんでください。

12月18日 (日曜日)

13:30~16:30 10分前までにお越しください。

13:30~ミニレクチャー

終了 楽しんで頂いた後は、ご自由にお帰りください。

場所: BambiLion 住所: 芦屋市精道町3-20 ashaビル 3F (阪神芦屋駅から徒歩3分弱)

阪神芦屋駅の南(線路沿い)の道を東(進行方向)に向かって歩いてください。右手にあります。
Ashaのメンズサロンの東隣りの見えるところに、TARUSの看板を置いておきますので、外階段を3階まで登ってください。



〒659-0064
兵庫県芦屋市精道町3-20

お店Bambilionを水彩画のはがき絵に描いてくださいました。
こんな雰囲気のお店の外階段からお入りください。



ご参加には予約が必要です。予約は、12月15日まで (先着20名)

申し込みは以下の内容をご記入の上、メールかFAXでご連絡ください。

①氏名 ②当日連絡可能な電話番号 ③メールアドレス

* Email chiemitaru@tarus.or.jp * FAX 078-291-5221

右のQRコードでホームページ<https://www.tarus.or.jp/>が表示されます。

ホームページの☒(問い合わせ)からでもメール送信できます。

ご記入いただきました個人情報は秘匿し、予約確認のためのみに使用させていただきます。



私たちの法人【一般社団法人生活者支援ネットTARUS】が目指すこと

社会の中では、小さなことかもしれない。でも、自分にとっては重大事になります。
1人で悩まないで、一緒に話し合える場を作りたい。皆が知恵を出し合ったら、ちょっとだけ、
うまく生きられるかもしれない、と思っています。

- ✓ 私達は、さまざまな専門性をもった看護師がボランティアとして集まった集団です。
- ✓ 裏面に今年度の企画を掲載しています。健康相談や介護相談など、お受けしています。
- ✓ イベントの参加とは別に、ホームページからのご連絡をいただければ幸いです。

2022年度の計画

5月	29日	「食べる」とは？ 食の原点（満腹感・満足感）について考えてみましょう
6月	19日	転ばないからだをつくる ～フレイルを正しく知って健康的な生活を送りましょう！～
7月	17日	今日の気象と気象疲労 *そもそも、なぜ熱中症が起こるのか？ *暑い時、寒い時、身体はどのような変化をしながら調整しているの？
8月	21日	生活行動回復看護（NICDの基本的な考え方） *歳を取っても、障害があっても、その人らしく生きる！を支える
9月	18日	*季節を題材にしたパステルアートで楽しい時間を共有しませんか？ 年齢に関係なく誰でも簡単に楽しめるアートです
10月	16日	健康寿命を延ばすためにできること（実践編） *NICDの技術を活用して、動けるからだを食べ続けられる口づくり
11月	20日	水彩画で「はがき絵」を描きましょう。 *風景、花、食材など、そこにある物、あなたの目でとらえてみませんか？
12月	18日	認知症とうまく付き合うために *認知症かな？と思ったらどうすればよいの？
1月	15日	感染予防について インフルエンザ、ノロウイルスなど季節性感染症の予防について
2月	19日	自分の人生をどこでどのように終えたいですか？ ① 病院での看取り 自分が病気になったり、家族が病気になったりしたとき、どうしますか？
3月	19日	自分の人生をどこでどのように終えたいですか？ ② 在宅での看取り 自分が病気になったり、家族が病気になったりしたとき、どうしますか？

次年度に向けてご興味のある内容があればお教えてください。
皆様のご要望に応じて、いろいろな内容でのレクチャーを計画させていただきます。

【一般社団法人生活者支援ネットTARUS】

日常生活の中で感じる悩み

- ✓ 体重管理や食事、なかなか難しい
- ✓ 介護されるのもするのも大変
- ✓ 年を取ると辛いことばかり
- ✓ 認知症の対応は難しいな
- ✓ 子供の気持ちがわからない
- ✓ 言いたいことが伝えられない
- ✓ そんなつもりはないのに、

医療者(看護師)の悩み

- ✓ 病気の種類によっては対応が難しい
- ✓ 頑張っているけど、これで良いのかな
- ✓ もっと良い支援の仕方はないかな
- ✓ 生活や価値観の多様性から対応が難しい

1人で悩まないで、一緒に話し合える場を作りたい

当法人は、専門性を持った看護師が集まったボランティア集団です。

会費と寄付で運営しておりますので、ご賛同いただける方は賛助会員になっていただければ幸いです。
一口1000円としています。3口賛助会員（3000円）以上の方には、報告書およびお知らせを配信いたします。