



自分たちで作った新聞です！

センターのホームページでも見れます  
トップ面から検索してください。

## COZYグループとは

高次脳機能障害を持つ人たちが集まり、  
共に協力したり得意・不得意な分野を補い合う  
リハビリの訓練グループを、  
私たちはCOZYグループと呼んでいます。  
4週目の調理/外出訓練へ向けて、  
全員で話し合いを行います。



COZY君  
です！

## 外出訓練



東京農大前にある食と農の博物館へ行きました。

博物館に行く前に近所にあるくら寿司にて昼食をとりましたが、  
久々の回転寿司だったので、ついつい食べ過ぎてしまいました。  
博物館の中は熊の剥製や鶏の剥製があり、ものめずらしかったです。  
古代魚 シーラカンスのレプリカ(標本)もありました。食に  
関連して稲穂が飾られ、それに関連して農大卒業生の蔵元の日本  
酒の瓶がオブジェとして飾られていました。(写真のバック)

あと、物珍しい海外のお猿さんが飼育されており、鶏も飼われて  
ました。詳しく知りたかったので、解説が居ないのが残念でした。

# 調理訓練



主菜: 鶏むね肉とカブのホワイトシチュー

副菜①: ブロccoliと鶏肉のガーリック炒め

副菜②: トマトドレッシングのグリーンサラダ

【感想】

今月の調理訓練は、参加者の人数が3人と少なかったですが、調理時間はそれほどかからず思ったよりも早くできました。

私はトマトドレッシングのグリーンサラダを作ったのですが、トマトドレッシングのトマトをさいの目切りにするのが難しかったです。大変美味しくいただきました。

## メンバーより、一言

KURA: 暖かい日も増えてようやく春らしくなって来ました。花見に行くぞ! /おさむ: お疲れさまでした。これからも外出を頑張りましょう。/サンタ: 時の経つのは早いもの。こちらもネタ切れになってしまいました。/ピーチ: そろそろ花粉のシーズンですね。今年は何年の2倍以上だそうです…。/KUWA: もうすぐ卒業出来そうで、とても嬉しいです。もうひと踏ん張り頑張ります。

### ご意見 ご感想

皆様のご意見や読んだご感想などお聞かせください。参考にしてCOZYTIMESの内容を充実していきます。

東京リハビリテーションセンター世田谷 自立訓練

[setagaya.seijin@mt.strins.or.jp](mailto:setagaya.seijin@mt.strins.or.jp)