

～ 令和7(2025)年! ～

新年あけましておめでとうございます！去年は多くの出来事がありました。人によってはいい出来事、悪い出来事、どちらもあったかもしれません。今年はいいい出来事のほうが多くなるといいですね。

☆花ノ坊通信では、皆さんから掲載してほしい記事などを募集しています。次のURLからの回答または高等部教員へ気軽にお声かけください。感想も募集しています。

花ノ坊通信アンケート：<https://x.gd/7efBj>

～ 理療科 ～

理療科では、12月17日(火)にジョブパーク出前講座を開きました。毎年、京都ジョブパークはあとふるコーナーより講師を招き、就労に関するスキルを学んでいます。今年度は、「自分理解のためのコミュニケーション(全学年)」、「ストレスとの上手なつきあい方(卒業学年のみ)」を学習しました。自分自身のことを考える良いきっかけになりました。

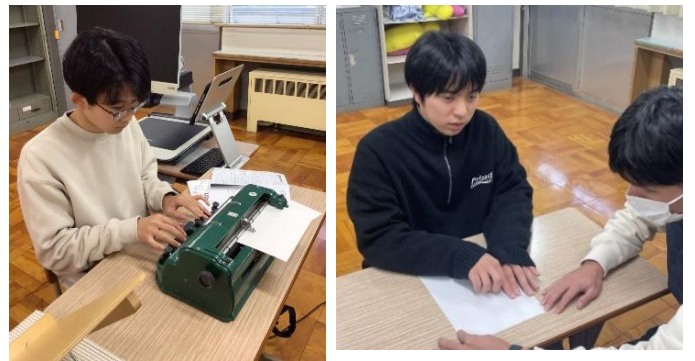


～ 普通科 ～

2組では、実習に関連した活動を日々続けています。前回の実習では清掃を行いましたので、振り返りを兼ねて、タオルを使って階段の手すりをきれいに
する、一段一段掃き掃除を行うなどの練習をしました。階段がいつもよりきれいに感じたら、ぜひ
お礼を言ってあげてください。

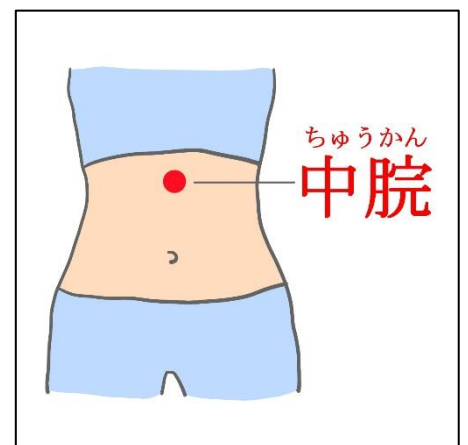


1組では、自立活動の時間で、点字
の練習をしています。点字は6つの点で
五十音、組み合わせで数字、アルファベ
ットなど様々な文字を表します。1つでも
点を間違えてしまうと、違う文字になってしまいます。慎重に、1つ1つの字を読
み書きしています。



～ 花ノ坊コラム ～

年末年始の連休明けは、体調不良を感じる方が
多いです(これを正月病というそうです)。たくさん食
べて、寝て、遊んでの毎日を過ごすことで、生活リズム
が崩れてしまい、体調不良に発展します。その原因
の一つが、暴飲暴食による胃腸の不調です。そ



んな時は、みぞおちとおへその中間点にある、胃腸の働きを調整するツボ「中
脘」を押したり温めたりしてみてください。胃腸の疲れをサポートしてくれます。