

# ピアホームだより

2009. 6. 29

木曜日（18日）、ピアホームⅠ・Ⅱ交流食事会を実施しました。ピアホームⅡからの参加が少なかったのは残念です。社会生活を学ぶ場として、積極的に参加しましょう。

今回は、ゲストに都立病院時代の同僚お2人をお迎えし、くすりの話などをしながら、ワイワイ会食となりました。予算は一人350円とGHとしては、破格の値段でしたが、おいしくて、ボリュームたっぷり、翌日のパンも配給となりました。ゲストからは、精神障害のイメージが一新したとのメールをいただきました。

## 今後の予定

<6月23日（火）> 愛誠病院でケースカンファ

<7月1日（土）> 白幡さん歓迎会

## お知らせ

土曜日（20日）、入院となった、藤沢さんのお見舞い・差し入れに行ってきました。まだ、面会制限となっていますが、ご本人はいたって元気な様子。今後の復帰に向けて、関係者と調整中です。皆さんと顔を合わせるのももう少し先になります。

## 豆知識

お薬には、新薬と後発品があります。後発品とは特許の切れた後、開発メーカー以外のその他のメーカーがつくるお薬です。安いものでは3割ぐらいの薬価になるものもあります。

## 自己紹介（原稿到着順）

宮田 雄大さん 宮田雄大と申します。

ピアホームⅡ201号室に、去る5月11日に入居しました。どうぞ、よろしく願い申し上げます。私は、数十年間、お坊さんをしていました。2年間ではありましたが、住

職の経験もございます。

現在、日中活動として、東京障害者職業センターに、月・火・水・木・金と5日間通所しております。いろいろ、勉強になります。内容は、履歴書の記入の仕方、SST、作業（ボールペンの分解・組み立て）等々の作業をしております。後、対人関係をうまくやる方法とか——です。

私は、人に対する礼儀や人を思いやる心を大事にしてきましたので、仲間の皆さんともその心を共有していきたいと考えています。

## 簡単料理レシピ

暫く、味噌汁シリーズを続けます。豆いっぱい味噌汁→絹豆腐をサイの目に、油揚げは短冊に切る。鍋に出汁を入れ水煮の豆を入れひと煮立ちしたら豆腐・油揚げ・味噌を入れる。タンパク質たっぷりでNさんにお勧め！超簡単味噌汁→お椀にわかめとおふ、出汁（小さじ1）味噌を入れ、熱湯を注ぐ。鍋を使わずに味噌汁ができます♪