

高木家の日常

6 人家族(妻1人、子ども4人) 長男愛知県在住、長女大3、次男大1、次女高2 全員0型 自由人な「高木家の日常」をお送りします。



8月は

朝晩の味噌汁を作り置きして 塩分をしっかり摂取することを心掛けた 私は とうふとあげの味噌汁が好きなので 徹底的に同じものを食べた たまに ウインナーやステーキを焼いたよ



土曜日にプールに行って 帰りに権太郎すしで うなぎの握りを食べるのが密かなブーム しかし

8月13日はお盆の影響もあったのかまさかの「準備中」で食べられなかったその日は王将の天津飯にしたが翌日は街かど屋でリベンジのうな丼



8月23日の朝

前夜に次女と散歩して買ってきた ステーキを焼いて 朝ごはんとお弁当に入れた たくあんは 私が会社用に買ってたやつを 長女に渡したら細かく切ってくれた これも会社に持って行く





えてか通信 2022年9月号 送付のご案内

今回のえさか通信の内容は、私自身の 実体験が、相手の発信は常に笑顔 芝食け取り、相手の言,?欲しいぎあろう台詞を 言かとば会話だと思っていました。思ってない 訳ざもないのぞり分ざも無理をしている自覚が ありませんだた。い話はんさかに通いるいる ろくのや1用者さんが共感しています。この方法 を使かず人と会話お練習をえさかざけか原 といすなり入れています。

默3こと治对人恐怖が減3!!



処理速度凸さんのうまくいかない会話



自分の思いを飲み込んざ、相手の求める反応をしてしまう



相手に腹を立てたり、自分の意動を責めてしまう







相手の視点を振り返ることがをきる



対人恐怖が減,Z、会話が楽Lancなる!!

自立訓練(生活訓練)事業所 事業所指定番号: 2711601688 **自立センターえさか**

〒564-0051 大阪府吹田市豊津町18-37江坂ビジネスゾーン201 Tel 06-6190-5413 Fax 06-6190-5412 Web https://esaka-esc.jp/





