

## 2024年5月出来ることリスト

出来ることリストを書き出して、自分に自信を持つ。

- 1 スーパー、コンビニで Apple Watch の Suica 機能を使い、お釣りを気せず買い物をすることができる。
- 2 銀行で ATM を使い、現金をおろしたり送金することができる。
- 3 臨床美術で絵画を描くことができる。
- 4 喫茶店でひとりの時間を楽しく過ごすことができる。
- 5 Google マップを使い、1時間も迷うことがなく散歩ができる
- 6 iPad を使い zoom ができる。
- 7 乗換案内アプリ 駅探を使用して、指定された時刻に指定された駅に行くことができる。
- 8 Ipad やスマホから、文章写真を Facebook に投稿できる。
- 9 アラーム機能を使い、指定された時刻の電車に乗ることができる。
- 10 iPad. 使い、文章を書くことができる。
- 11 Google カレンダーを使い予定を管理できる。
- 12 Ipad を使い美味しいお店を検索することができる。
- 13 Ipad で写真を撮ることができる。iPad で写真を加工することができる。
- 14 電車を乗り継いで教会に行くことができる、
- 15 メールができる。
- 16 スマホのリマインダー機能を使って Apple Watch に予定を表示させることができる。
- 17 スマホで音声入力を使って電話ができる。
- 18 クリーニングに一人で行ける。
- 19 デパートでクレジットカードを使い買い物ができる。
- 20 自分の意思でどこにでも行ける。
- 21 お金の管理ができる。
- 22 自分史を作成した。興味のある分野の本を読むことができる。
- 23 臨床美術の作品集を出版した
- 24 70周年古希記念誌を作成している。
- 25 Suica 機能を使って、都内ならどこでも遊びに行ける。飲みに行くこともできる
- 26 自分の判断で物事を決めれる。
- 27 Ipad が自由に使えること。メールで文字を打てる。写真が撮れる。予定が管理できる。
- 28 スマホが自由に使える。スマホで通販を使い買い物ができる
- 29 自分の考えていることが文章にすることができる。
- 30 自分の感情をコントロールできる。Apple Watch の Suica 機能を使い、飲食店で決済ができる。飲食店でタブレットを使って料理を注文できる