



7月 希路だより



げつ	か	すい	もく	きん	ど
	1 かんしよく/かだい	2 かんしよく/かだい	3 おえかき (スモック) /おんがく	4 おえかき (スモック) /おんがく	5 うんどうあそび
7 かんしよく/かだい	8 おえかき (スモック) /おんがく	9 おえかき (スモック) /おんがく	10 うんどう/せいかつ	11 うんどう/せいかつ	12 やすみ おやすみ
14 早降園 13:05 おえかきあそび	15 そとあそび/ふれあい	16 うんどう/せいかつ	17 ひなんくんれん/るーる	18 かんしよく/かだい	19 かんしよくあそび
21 おやすみ	22 うんどう/せいかつ	23 かんしよく/かだい	24 たんじょうびかい/るーる	25 おえかき (スモック) /おんがく	26 やすみ おやすみ
28 うんどう/せいかつ	29 ふしんしゃ たいおうくんれん/ふれあい	30 おえかき (スモック) /おんがく	31 かんしよく/かだい	今月のかんしよくあそびでは水あそびをしますので、着替え、タオル、サンダルを持参してください。 	

※活動内容は、諸事情により変更になる場合がございますので、予めご了承ください。
 ※おえかきあそびや感触あそびの際は汚れる可能性がございますので、スモック、または汚れても可能な服装の準備をお願い致します。

(専門職来所日)

《松本公認心理師》：2日(水)、7日(月)、10日(木)、15日(火)、16日(水)、24日(木)、26日(土)、29日(火)

《仮上言語聴覚士(ST)》：1日(火)、3日(木)、9日(水)、11日(金)、14日(月)、16日(水)、17日(木)、23日(水)、25日(金)、28日(月)、30日(水)

《樋口理学療法士(PT)》：14日(月)

《宮崎理学療法士(PT)》：1日(火)、3日(木)~5日(土)、7日(月)、8日(火)、10日(木)、14日(月)~16日(水)、18日(金)、22日(火)~25日(金)、28日(月)~30日(水)

職員会議に伴う時間の変更

7月14日 月曜日

職員会議の為、上記の日程については、今年度より1日のみ約25分早く降園する(13:05に希路出発)こととなりますので、お間違えのないようにお願いします。また、幼稚園・保育園への送迎を利用されている方については、保護者より早降園になることをお伝えください。また、当日のキャンセル連絡につきましては、8時15分までの変更受付となります。8時15分以降のご連絡については、昼食代をご負担して頂くこととなりますので、ご注意下さい。



「マイナスもプラスなのだ！」

お聞きになったことがある方も多く存じますが、この例え話にちょっとお付き合いくださいませ↓

あなたの目の前に、半分だけ水の入ったコップがあります。

このコップを見たときのあなたの感じ方はどちらに近いですか？

A:「まだこんなにある」 B:「もうこれだけしかない！」



ちなみに A は肯定的・楽観的・ポジティブ・プラス思考、B は否定的・悲観的・ネガティブ・マイナス思考を表している、とされています。ひょっとしたら「A のような考え方こそが大事なのだ」というオチも込みで、この例え話を聞いた方も少なからずいらっしゃるかもしれませんね。

でも、もしも今あなたの居る場所は断水が続いていて、給水の見込みが立っていないとしたら、コップ半分の水を「まだこんなにある」と受け止められるでしょうか？「もうこれだけしかない」と、悲哀を感じる方が多いのではないのでしょうか。

また、コップに半分だけ入っているのがただの水ではなく、あなたの大好き物だったらどうでしょう？同量の水ならば「まだこんなにある」と思えたとしても、この世で一番好きな飲み物だったら「もうこれだけしかない」と嘆息するかもしれませんね(わたしなら、きっとそうです)。

そう、お気付きになりましたよね？そうなのです。同じ人でも時と場合によって、意外と簡単に考え方が変わったり、偏ったりするものなのです。

確かに A のような前向きで明るい考え方ができることは、こころの健康のためには大切です。ただそのためには、「物事は、さまざまに見方ができるんだなあ〜」と知ること自体が、まず必要でしょう。

そして B のような一見「暗くて後ろ向きなとらえ方(マイナス思考)」は、「ものの見方が慎重で、配慮がある」というプラスな一面だとも言えるのではないのでしょうか。「**「マイナス思考ができる」繊細さや思慮深さは、自分の強みなんだ**」と自覚できるように、悩んでいるあなたをサポートできたら…と思っています。

「**「マイナスもプラスなのだ、それでいいのだ**」と。



公認心理師
松本 みどり



～お知らせ・お願い～

(キャンセルについて)

・コドモンにて当日にキャンセルされる場合は、午前 8 時 30 分までにご連絡をお願いします。また 8 時 30 分以降の連絡になられる場合は、8 時 45 分までに電話連絡をお願いします。8 時 45 以降の連絡になりますと食事代をご負担いただきますのでご了承ください。また、土曜日の食事のキャンセルにつきましては、前開所日の 14:00 までとなります。それ以降は、食事代(297 円)が発生いたしますのでご了承ください。

(お願い・お知らせ)

- 書類や薬をお子さまの鞆の中に入れられる際は、コドモンにてその旨のご連絡をお願いします。
- 希路へオムツの返却を行う際は、「希路」とオムツに記載をお願いします。
- 持ち物に記名をお願いします。記名が無い場合は、こちらで記名させていただきますので、ご理解ご協力の程よろしくをお願いします。