



あんず	こぶし	もみじ
5月	5月	5月
7日、21日(土) 開所日	12日(木) 避難訓練	13日(金) 避難訓練
11日(水) 避難訓練		14日(土) 土曜療育
		16日(月) 内科検診 ※所属園のない子対象
		21日(土) 個別懇談 ※7~9、1~3月生まれ対象
6月	6月	6月
9日(木) 避難訓練	9日(木) 避難訓練	4日(土) 個別懇談 ※7~9、1~3月生まれ対象
4日、18日(土) 開所日		6日(月) 避難訓練
		16日(木) 歯科検診 ※所属園のない子対象
		18日(土) 土曜療育

お知らせ

アイドリングストップのお願い

送迎時、車のアイドリングストップにご協力ください。

※あんずの家の送迎時、駐車場は一方通行になっています。ご注意ください。



知ってHappy! リフレーミング

“リフレーミング”とは、不満に思うようなことも見方を変えればポジティブにとらえることができるといった意味をもつ言葉です。

たとえば・・・、



“人付き合いが下手”という言葉も、リフレーミングすると、

“思慮深い”

“こまやか”

と言い換えることができます。

嫌だなあと思うことも、見方を変えると少し心が軽くなるのではないのでしょうか。

編集後記

太陽の暖かさが気持ちよく、ついつい昼寝をしてしまう休日も増えているような気がします。あっという間に暑い夏がやってくるんだろうな、と思いながらひと時の暖かさを満喫しています。

あんずの家 岡野由希

『5月の魔法』

山の緑が目に見え鮮やかな季節になりました。冬の間は眠っていたような山々が、春になると少しずつ色づき始め、5月になると、すっかり生まれ変わったかのような美しい色に変わります。その様子を眺めると、自然が多くのことを教えてくれているように感じてしまいます。

5月というと、こどもたちは1学年ずつ進級し、新しい学校や学級へと移って1か月が過ぎようとする頃です。また、社会人であっても、新しい職場や新しい部署で仕事を始めている人も多くいるでしょう。4月の始めは、無我夢中で生活していたことが、5月になってくると、いろいろな変化がだんだんと心にも影響を与えてくることから、「五月病」といわれる症状が現れるのもまたこの頃です。

慣れ親しんできた環境に身を置くのは居心地がいい反面、そこにいと変化がない分、進歩もなくなります。慣れない環境の中に移ることは、自分がいかにその変化に対応できるか、それを試されている時期かなと感じます。私自身、たくさんの変化を経験してきました。すんなり変化に対応できたかという、むしろその反対のことの方が多かったように感じます。環境が自分にとって好ましくないと感じることもあれば、職場の人間関係や対人関係に疲れ、朝家を出てから職場へ着くまでにため息をついたり、途中で車を止めて帰ろうかと思ったりしたことさえあります。

そんなとき私の心を支えてくれたのは、やはり本であったかと思えます。周りに自分の悩みを打ち明けられたいののですが、なかなか打ち明けられないときもあり、自分の弱さを見せたくないこともあります。そんなとき、先人の知恵がつまった本を読んでいると、不思議とそのときの自分の心に響く言葉に出会えたり、勇気をもらえる文に出会えたりするのです。古来より、どんな人の人生でも順風満帆ではなく、それぞれが悩んだとき、どのようにその困難を乗り越えたか、その生き様を知ることで、自分もまたがんばろう、という勇気を与えられたことが多くありました。

現代では本を読まない人が増えたことで、きっと生きる道しるべを見失っている人たちが多くいるのではないかと感じます。私は今でもいろいろな本を読みますが、いわゆるハウツー本では、一時の知識を得られてもその場しのぎで終わる情報がほとんどです。ところが、人の伝記や古典の小説を多く読むと、たくさん人の生き様を知ることができます。そうやって多様な人の人生の生き方を自分の中に落とし込むことができること、それこそが本を読む最大のメリットではないかと思うのです。

今まさに悩んでいる人があるとすれば、本屋へぶらりと立ち寄り、そこで気になった本をぜひ手にとってみてはどうでしょうか。きっとそれはあなたにとって、必要な情報がつまっている本だと思います。本を読むことで心の持ち方が変わると、昨日まで問題だと思っていたことが、きっと消えているか、少なくなるはずですよ。本の持つ大きな魔法の力を体験してみませんか。これはネット書店では体験できない、リアル書店ならではの魅力です。

この大型連休、皆さんはどのように過ごされるでしょうか。山へ出かけるもよし、海に行くのもよし、日常を忘れ楽しい時をお過ごし下さい。私は、やはり本を読みますかね。おこもり生活で家での過ごし方も上手になってきました。ビール片手の読書タイムはこれまた最高!

あんずの家 所長 杉井 康志

最近のおすすめ

ブロック10

様々な形のブロックで10通りのあそび方を楽しめるおもちゃです。



生きる力を育もう

今月のテーマ



こぶしの家

『選んで』

登所後、着替えやおやつ等を終え、「なにをしようかな」と自分で活動を選び、あそび始めます。児童たちの「したい」「やりたい」を大切に「目」で見て分かりやすい環境づくりをし、「自分で選んで決めることが必要となってくる」という思いを持ちながら、興味のある物やあそびやすい物等、置くものには配慮しながら自己決定を大切にしています。

大森 航暉



もみじの家

『しっかりと見て…』

神経衰弱をしました。裏返しに置いたカードをめくり、同じクマのカードを順番に見つけます。友だちがめくっているときもしっかりと見て、自分の番になると「さっきここにあった！」とめくる姿がありました。似ているイラストもあるので、じっくりと見て同じクマなのか、違うクマなのかを確かめています。

岩本 かおり



あんずの家

『よ〜く見比べて』

見本の図形を見ながら手元のパズルを組み合わせ、同じ形を作っていく課題です。よく見比べ組み合わせなければ、同じ形にはなりません。

見比べる力は、板書など学校でとても大事な力の一つです。あそびを通し、見比べる力をつけることができたらいいな、と思います。

岡野 由希



えがおの広場



ふわふわだ〜

みんなでかけっこ
よーいドン!



あつまりに参加
したよ



一生懸命、お掃除中



卒所してお仕事を頑張っている先輩が卒所証書を受け取りに来てくれました。みんな笑顔でお祝いしました。

完成したよ



今月のオススメおやつ

レシピは
職員まで(´▽`)

チーズのポンデケーキ



ホットケーキミックス、白玉粉、牛乳で作る簡単おやつ。チーズやドライフルーツを入れてアレンジも!

