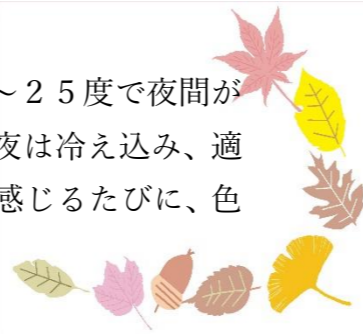


さんぽ通信

京丹波町瑞穂保健センターほほえみ2F
開所日：月～金曜日（祝日休み）
Am 9:00～Pm 5:00



昼夜の気温差が大きくなってきました。日中の気温が20～25度で夜間が5～10度になると紅葉が始まるようです。秋晴れが続き、夜は冷え込み、適度な水分の条件によって美しい紅葉となるそうです。寒さを感じるたびに、色づく山々を見るのが楽しみです。



今やろうと思っていたのに・・・

「はやく勉強しなさい」「宿題やったの?」と言われ、今やろうと思っていたのに・・・やる気なくなった～という経験、どなたにもあると思います。心配して言ってくれているのに、「うん、今やろうと思っていたところ、やるね」と、どうして言えないのでしょうか。そもそも人は、『命令』されることはあまり好ましく思わないようです。さらに、「そろそろ遊ぶのもやめて勉強しよう」と思ったところへ同じく「はやく勉強しなさい」と言われると、壊滅的に勉強する気を失ってしまうのです。この現象を**ブーメラン現象**と呼ぶそうです。

「明日やろう」と思っていたことが出来なかったり、今日のやる気が次の日には無くなってしまふことはよくあります。人の行動力は、自分の意志の他に、いろいろな事に左右されながら作られるものなのです。それがプラスに働く時や、マイナスに働く時がある。決して根気のなさ、意思の弱さ、だけではないように思います。



11月の予定

* チャレンジ講座 ～アロマワックスバーを作ろう～

日時：11月26日（火曜日）Pm1:30～
場所：さんぽ

※アロマワックスバーとは、火を使わないアロマキャンドルです。ロウを溶かして香りをつけ、押し花等を飾り付けます。見た目の可愛さはもちろん、ふんわり香る優しいアロマに癒されます。



さんぽ集いの日

地域の皆さまと共に、
地域の中のさんぽであるために

～さんぽで集いましょう～

日時：10月25日（金曜日）Am10:30～Pm3:00
11月 5日（火曜日）Am10:30～Pm3:00
11月15日（金曜日）Am10:30～Pm3:00

人と人との
繋がりを大切に!!



信楽で購入した本場信楽焼での
コーヒーは、気持ちも落ち着きました



10月9日（水）より、『さんぽ集いの日』を開いています。初日は、皆さんへの告知も十分でない中「どう？来られてますか」と心配いただきながら暖簾をくぐってくださった方がありました。

さんぽの利用は障害のある方のみではなく、地域の皆さんにも、さんぽに足を運んでいただき地域の様子やご近所であった出来事などのお話を聞かせていただいたり、利用者さんとの交流ができる場になることを望んでいます。



お知らせ 毎月1回開所していましたが和知会場は、都合によりしばらくお休みします