

# フレンズジム通信

2018年 7月号

## 【 梅雨を乗り切りましょう 】

はじめと湿気の多い季節となりました。外遊びも制限されての室内遊びに親子でストレスを感じたり、洗濯や買い物がはかどらずに家事が上手く回らない！と、何かとしんどい梅雨です。でも、それだけ人間の身体は繊細に出来ているのですよね…。最近シングルファザーとして子育てされている、俳優さんが、「子育てって、大自然と向き合うようなものだ(中略)決してコントロールできないもの。それをわかったうえで向き合うことが大切だと思う」とインタビューで答えておられました。すべての人間も自然の一部、全てが影響しあって新たな自然環境を作り出しているのだから、全てをコントロールするなんて無理な話ですね。

ただ、厳しい自然にも立ち向かい、協力し合ってお互いの幸せを求めてきた私たち人間ですので、やはり自分からプラスの影響を発信したり、積極的に人から良い影響を得ようとするなど、自分自身で身の回りの環境を整えていく、ということは忘れないようにしたいですね。身体も心も不調が出やすい時期ですので、早めにヘルプサインを発信することも、自分で環境を整備していくことにつながると思いますよ！

中野

## 【 お知らせ 】

☆. . \* 7月第一週目の工作は「七夕飾り」を皆で制作予定です。



☆. . \* 7月最終週から8月にかけて、児童発達支援は「みずあそび」、放課後等デイサービスでは「イベント」を企画しております。楽しい思い出がたくさん作れるよう、スタッフがアイデアを出し合っているところです。どうぞお楽しみに！！

☆. . \* 夏休み期間中のご利用予定が決まりましたら、各店舗までお教えてください。  
放課後等デイサービスでは、7月23日より8月24日までの間、サービス提供時間が15:00～17:30までとなります。

☆. . \* 保護者懇談会を開催いたします！

今年度は「先輩に教えてもらおう！」ということで、保護者の方に講師になっていただき、これまでのお子さんの成長や、進学のこと、また将来の就職などについて、じっくり語ってもらいます。さらには保護者の方同士で意見交換もできるといいなあ、と考えております。内容の詳細が決まりましたらお知らせいたします。

日時:8月19日(日) 10:00～12:00 予定  
会場:フレンズジム中川 予定