

やすらぎ金沢通信 12月

- ☆URL <http://www.ishikawa-c.ed.jp/~yasuka>
- ☆E-mail yasuka@m1.ishikawa-c.ed.jp
- ☆TEL 076-243-1612 ☆FAX 076-243-1663



12月の金沢 天候の急変に面食らいます。皆さんには、変わりなく過ごしておられることと思います。7日は二十四節気の「大雪」、そして21日には昼が9時間強、夜が14時間強の長さになる「冬至」を迎えます。これからの季節を「心と身体」から考えてみると、これからは、限られた明るさの中での活動を大切にして、少し長くなる暗さの中では、ゆっくりと「休む、休ませる」時期なのかもしれません。年末年始をめぐって世知辛く感じることもあるかもしれませんが、他の人にも伝わるくらい、「ゆっくりと」、「のんびりと」、楽しい時も過ごしましょう。この12月には、うれしいこと、楽しいこともたくさん待っていると思います。

さて、学校生活は12月に進みましたが、12月であっても、どんなことであっても、迎えるその日から「スタート」をすることができます。必ずやってくる一日、「気持ちの持ち方」を味方にして、先を迎えるエネルギーも蓄えられたらよいと思います。

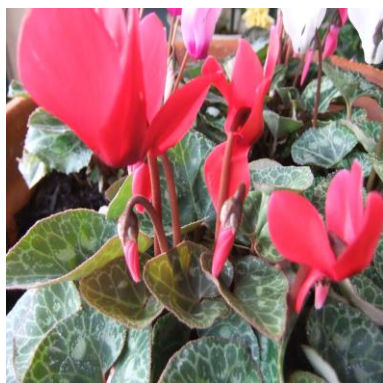
電話相談や来室相談、医療相談会、諸活動等、どうぞ、「やすらぎ金沢教室」をご活用ください。

11月相談状況

4月1日～11月30日（昨年度件数）

月	来所相談	出張相談	電話相談	合計	通室
4月～10月	308(336)	17(19)	180(103)	505(458)	32(22)
11月	59(52)	0(0)	35(28)	94(80)	16(22)
合計	367(388)	17(19)	215(131)	599(538)	48(44)

11月通室生2名(1名)



医療相談会

12月19日(月) 1月16日(月)

アドバイザー 北本福美先生

(金沢医科大学 臨床心理士・芸術療法士)

毎回、予約が多く、1名30分程度とさせていただきます。

必ず事前の申し込みをお電話でお願いします。

11月の行事より

第4回事例検討会・情報交換会11月9日(水)

講師 原田克巳先生(金沢大学准教授)

やすらぎ教室で関わった事例をもとに意見交換を行いました。

医療相談 11月28日(月)

アドバイザー 北本福美先生

(金沢医科大学 臨床心理士・芸術療法士)

予約相談を行いました。

体験活動



映画鑑賞

☆話題作を鑑賞しました。観終わってからいろいろな感想が聞けて、とても良い活動になりました。

調理体験 ビビンバ



やすらぎ玄関の花植え



Merry Xmas



12月の体験活動

「ミニ門松」づくり

12月13日(火)10:00~12:00

講師 松原由美江さん

(生涯学習インストラクターの会)

ご参加の方は連絡をお願いします。

12月20日(火)

ランチ&ケーキ



年末・年始閉室のお知らせ

12/22~1/9 は閉室します