



9月の予定

○:毎週(火・水・金曜日)・第4土曜日 カフェオープン 11:00~15:00
■:リズム体操 ●:ピアノ生演奏 ★:にこにこサタデー ◆:イベント

2018

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日
			■	○		○				○	◆		○				◆	○			●	★			○	◆		◆	

■9/4 (火) リズム体操 13:30~



〈出原佳代先生〉
深呼吸から始まる体を元気にする体操。音楽に合わせてゆったりと無理なく体を動かして、血の巡りを良くしましょう。

●9/21 (金) ピアノ生演奏 13:30~



〈田代妃歌梨先生〉
ピアノの生演奏と楽しい歌の時間を過ごしましょう。皆様のリクエストにもお応えします。

◆9/18 (火) 認知症相談会

11:00~14:00

◆【元気アップなら講座】

~地域ごとの介護予防の取り組み~

9/12 13:30~ (都祁)

9/26 13:30~ (東里・狭川)

〔お問合せ〕0742-81-5720

◆9/28 (金) 夜の月の光

17:00~ おちやのじかん

18:30~ おはなしのじかん

お月見の夕べ、言葉のお芝居『月の光』がひらかれます。

★9/22 (土) にこにこサタデー

11:00~

〔日本民謡「太郎と花子さん」〕

13:30~



〔田原新鮮野菜販売〕



先日、今どきの就職事情を知る機会があり「企業が学生に求めるものは8割がコミュニケーション能力であること」を知りました。昔から日常生活においてあたり前になされてきたことですが、現代人は苦手になってきたのでしょうか。それとも以前から人間にとってもむずかしいことなのでしょう。今一度「コミュニケーション」について整理できれば能力アップにつながると思います。

人(相手)は自分のことをわかってくれる人や理解してくれる人に対して好感や信頼をよせるため、人(相手)にまず興味感心を強めに持ちましょう。そして人の奥深くにある真意や本当の気持ちを上手にくみとり自分が同じ状況ならどう思うのかを想像して、相手の気持ちを思えばかる言葉をかけられるように。

又、人は自分と似た人に対して好意や親近感、安心感を持つため相手に合わせ共通点を見つけて一体感を作るように工夫します。聞き上手は話し上手、話しを聞くことに集中し、あいづちやうなづきによりしっかりと最後まで相手の話を聞きます。

そもそもコミュニケーション能力とは、人を理解し人に自分を理解してもらおう能力のこと。社会の中で人と関わり、お互いがより生きやすく、あらゆる活動をスムーズにするために欠かせない能力のこと、伝える能力と受け取る能力の2つから成り立っています。

第一印象を良くすることも大事な「コミュニケーション能力」で、「第一印象は2分で決まって、後は変わらない」とも言われます。第一印象は、視覚55%聴覚38%言語7%で決まる、ということをご存知の方も多いと思います。視覚情報はもっとも大切で、笑顔で挨拶をいたしましょう。挨拶では「おはようございます」と言ってから、ペコリと頭を下げる(語先後礼)のがよいとのこと。聴覚については話し言葉のスピードはゆっくり、ドリミリアソソの「ソ」の音程がこちよいのだそうです。また、質問をすることで相手との距離もちまります。「具体的にほんまにどうですか」「もっと詳しく教えてください」「他にもありますか」などの質問です。盛り上がる話題はやはりあそびで経験したり、おもしろかった体験談などでしょうか。

正直、あらためてむずかしいと思った「コミュニケーション」ですが、子供たちや若い世代を育てる意味でも、「コミュニケーション能力アップをめざしてともに楽しく語らしましょう。まずは笑顔から、そしてドリミリアソソで「こにこ」は「」。

ドリミリアソソ