



3月

すいもん通信

2020 イベント カレンダー

1	日		16	月	
2	月		17	火	カフェ・「しゃべり場」
3	火	カフェ・リズム体操	18	水	カフェ・認知症相談会
4	水	カフェ・三味線教室	19	木	
5	木		20	金	カフェ・グランドピアノ/生演奏
6	金	カフェ・二胡教室	21	土	カフェ・三味線教室
7	土	カフェオープン	22	日	
8	日		23	月	
9	月		24	火	カフェ・手作り教室
10	火	カフェオープン	25	水	カフェオープン
11	水	カフェオープン	26	木	
12	木		27	金	カフェ・二胡教室
13	金	カフェオープン	28	土	カフェ・野菜販売 「太郎と花子」民謡
14	土	カフェオープン	29	日	
15	日		30	月	
			31	火	カフェオープン

営業：毎週(火・水・金・土曜日)11:00~15:00

3/3 (火) 13:30~

〈出原佳代先生〉

音楽に合わせて体を動かし健康寿命をのばしましょう。



3/17 (火) 13:00~15:00

「しゃべり場」(認知症の人と家族の会主催)
皆さまのご参加、お待ちしております!



3/18 (水) 認知症相談会

〔お問合せ〕

13:00~15:00

〈奈良市包括支援センター職員常駐〉
お気軽にご相談下さい!

・若草地域 0742-25-2345
・東部地域 0742-81-5720

3/20 (金) 13:30~

〈田代妃歌梨先生〉

グランドピアノの生演奏
後半は皆さまも一緒に歌いましょう。



3/28 (土) 11:00~

13:30~

「太郎と花子さん」

〔田原新鮮野菜販売〕



日本民謡となつかしの唄を三味線伴奏で皆さん一緒に唄いましょう。

ほめ達日本最優秀認定講師、中村早枝子先生の、すばらしい研修会に行ってきました。人と接することの苦手だった先生は、高校生の時はじめて行った友人宅のおじいさまから「あんた笑顔えーなーその笑顔大事にしーやー」とほめられ、その言葉がきっかけでスチュウワーズをめざし合格されました。

さて、ほめ達とはほめる達人のこと、組織にほめ達をとり入れて、スカイマークは定時運行率ナンバーワンに、居酒屋鳥貴族ではシャイなアルバイトさんがリーダーとして大活躍、生命保険会社では契約数20%アップ、三重県南部自動車学校は「ほめちぎる教習所」とすごい看板で有名なところ、脱輪しましたという生徒に対して先生は「すくことまててすこいー!」「ヒのタイヤが脱輪したかわかるところがすばらしい!」と。正しくほめると人と組織が変わり、人の良いところを認める練習を積み重ねると、観察眼が磨かれていくので一石二鳥で完璧です。と中村先生。

男性脳は解決脳、女性脳は共感脳です。「熱があるみたい」と女性に言われると男性は「何度?」「薬飲んだ?」と声をかけますが、女性は「大丈夫?」のひとことがほしいのです。ただ世の中も変わり、女性脳をもつ男性が増えたので、最近は男性にも「大丈夫?」の声かけがよいようです。

ところで、皆さんは、どんなほめ言葉がほしいですか。私達は現実をしっかりと見ているつもりですが、圧倒的にマイナス面を見ていて、良いところは意識しないと見えません。しかることは簡単ですが、ほめることは、むずかしくこれも本能のなせる技とか。短所がみえたときに長所におきかえる練習を、まず自分からみてみましょう。気が弱い?それは、やさしくて人の気持ちに寄り添えるのでしょうか。空気がよめない?それは、自分をもって人に流されないのでしょうか。迷ったり、反省したりと、自分を責めることの多い毎日ではありませんが、思慮深いとおきかえさせていただきます。

いつもお便りを読んで下さってほんとうにありがとうございます。感謝申し上げます。