

がつ ぎょうじよてい 4月の行事予定

にちようび 日曜日	げつようび 月曜日	かようび 火曜日	すいようび 水曜日	もくようび 木曜日	きんようび 金曜日	とようび 土曜日
						1 ・曲暮
2	3 ・周辺地域巡回 事業 ・曲暮	4 ・卓球	5 ・曲暮	6 ・貯筋体操 ・パソコン	7 ・卓球	8 ・曲暮
9	10 ・各種相談日 ・曲暮 ・ふれあい リズム体操	11 ・フォークダンス ・卓球	12 ・曲暮	13 ・パソコン ・ふれあい喫茶 (当面の間中止)	14 ・卓球	15 ・曲暮
16	17 ・曲暮 ・ふれあい リズム体操	18 ・フォークダンス ・卓球	19 ・曲暮	20 ・貯筋体操 ・パソコン	21 ・卓球	22 ・曲暮
23 30	24 ・曲暮 ・ふれあい リズム体操	25 ・フォークダンス ・卓球	26 ・曲暮	27 ・貯筋体操 ・パソコン	28 ・卓球	29 ・昭和の日

あさひぶんかかいかん
朝日文化会館
かいかん

あさひぶんかかいかんれんらくさき
朝日文化会館連絡先
じゅうしょ しこくちゅうおうしみしまあさひ ちょうめ ばん ごう
住所：四国中央市三島朝日3丁目5番30号
TEL：0896-28-6070
FAX：0896-28-6104

会館だより
だい 469号 令和5年4月号



あさひぶんかかいかん がいかん
【朝日文化会館の外観】

【お知らせ】

- ふれあい喫茶（百円モーニング）感染状況が落ち着くまで暫くの間、中止します。
- ふれあい料理教室 7月からの開催を予定しています。（料理は持ち帰り）
- 周辺地域巡回事業 4月3日（月）16時～、三島地域
- 各種相談日 4月10日（月）10時～
人権相談、生活相談、困っていること、何でも話に来てください。

※新型コロナウイルスの感染拡大の状況により、事業が中止又は延期となることがあります。

あたら であ 新しい出会い

4月は職場や学校など新しい生活が始まります。新しい出会いや経験をする人も多いのではないのでしょうか。私たちの周りには、障がいのある人や外国にルーツを持つ人などさまざまな人と共生しています。自分の周りも人権問題で悩んでいる人がいるかもしれません。悩みを誰にも打明けられずに一人で苦しんでいる人がいるかもしれません。

それぞれの顔が違いうように考え方もそれぞれ違います。悩みを聞いてほしい人、悩んでいることに触れてほしくないと思っている人など、考え方は様々です。悩みを抱えている時は孤独に思いますが、私たちは決して一人ではありません。周りには、多くの仲間がいて、私たちを温かく包んでいます。

悩みを抱えている人とどのように接すればよいのでしょうか。心の中に立ち入り過ぎてもよくありませんが、距離を取り過ぎて相手を傷つけてしまうこともあります。

大切なことは、相手が抱えている問題を知ろうとする心の窓を持つことだと思います。相手の本当の気持ちを理解していないと、知らず知らずのうちに、人を傷つけてしまうことがあります。

相手を知るために、周りの人の言動や些細な出来事を自分ごととして真剣に考えることが重要です。日頃からいろいろな問題や課題に、アンテナを張っておくことが大切です。

話の内容やタイミングにより、本人と会話ができず直接内容を確認できない事もあります。そんな時は、相手が抱えている問題を理解する心の窓を開き、いつもでも自分ごととして考えていけば、相手とすれ違うことなく心と心が通じ合うことが出来ると思います。

新しいスタートが「笑顔の出会い」に繋がり、みんなが幸せになり、笑顔が溢れる心豊かな街を目指していきましょう。



ひとやすみ ひとやすみ

厳しい冬の季節をようやく抜け出して、春は何か心がウキウキします。綺麗なさくらの花のせいでしょうか？大人になってからも、春になれば何か新しいことが起こりそうな前向きな気持ちになります。

新しい年度を迎え、新しい学年になる子どもたちの気持ちはどうでしょう。保育園から幼稚園に、幼稚園から小学校に、小学校から中学校に、更に上の学校への進学や就職など、たくさんの希望をもって階段を一步一步登っていきます。不安な気持ちもありますが、新しい事への期待の方がはるかに大きいと思います。この時期、新しいランドセルや学生カバンを背負って登校する子どもたちを見かけると、「おはよう。今日もがんばれ。」とエールを送りたくなります。

しかし、さくらの花もそうですが、自然界で、一年中花を咲かせている植物はありません。他の生き物も冬眠など、どこかの時期にはしっかり体を休ませています。私たちはどうでしょうか。いつも休みなく忙しく過ごしていませんか。

さくらの木は、花が終わり、葉が散った後はゆっくり休み、時期が来るとまた綺麗な花を咲かせます。4月を頑張りすぎて、少し疲れてしまうときがあるかもしれません。頑張りすぎたせいかもしれません。

そんな時は、ほんの少し立ちどまり、充電も必要です。そんな時「ありのままの自分」を受けとめましょう。もっともっと頑張れと言わないことが大切です。

「ひとやすみ。ひとやすみ。」充電も必要です。



ふれあいリズム体操

4月より第2、3、4の月曜日9：30～ふれあいリズム体操を開催いたします。生涯現役を目指し楽しく曲に合わせて踊りましょう。参加者は、随時募集しています。初回は4月10日（月）です。

