

沢田の杖塾便り

第21号

電話 090-5702-8770

非通知電話は受け付けない設定です。



2021年(令和3) 5月発行

| 月 | 日 | 時間 | 行事 |
|----|--------|-------------|-----------------------|
| 4月 | 10日(土) | 10:00~12:00 | 教職員を支える会 |
| | 10日(土) | 13:00~17:00 | 例会(コミュニケーションスキルアップ講座) |
| | 14日(水) | 10:00~12:00 | リラクゼーション+α |
| 5月 | 12日(水) | 10:00~15:00 | リラクゼーション+α |
| | 15日(土) | 10:00~12:00 | 教職員を支える会 |
| | 15日(土) | 13:00~17:00 | 例会(コミュニケーションスキルアップ講座) |
| 6月 | 9日(水) | 10:00~15:00 | リラクゼーション+α |
| | 19日(土) | 10:00~12:00 | 教職員を支える会 |
| | 19日(土) | 13:00~17:00 | 例会(コミュニケーションスキルアップ講座) |
| 7月 | 7日(水) | 10:00~15:00 | リラクゼーション+α |
| | 10日(土) | 10:00~12:00 | 教職員を支える会 |
| | 10日(土) | 13:00~17:00 | 例会(コミュニケーションスキルアップ講座) |
| 8月 | 4日(水) | 10:00~15:00 | リラクゼーション+α |
| | 7日(土) | 10:00~12:00 | 教職員を支える会 |
| | 7日(土) | 13:00~17:00 | 例会(コミュニケーションスキルアップ講座) |



◎ 6月の第2土曜日は日本カウンセリング協会のオンライン総会の予定につき、第3に変更します。

◎ 8月の予定はまだ検討中、大幅な変更があるかもしれません。

リラクゼーションは前日までに事前の申し込みが必要です。複数の参加者の申し込みがないと実施しません。リラクゼーションの目的はマインドフルネスです。マインドフルネスとは、シンキングマインド(考えてしまう私)を離れて、「今、この、自分を生きる」ことです。+αの表示があるのはリラクゼーションにプラスして話し合い・箱庭など参加者の希望によって少人数で何かをすることができる時間があるという意味です。

* 例会とリラクゼーション+αについては教職員以外の方も参加されています。

スタッフ 籠井淑江さんより

皆さまこんにちは。山形県米沢市から7年ぶりに戻ってきました。米沢は小さな町です。津山に似ています。ですから、岡山がずいぶん都会に感じています。

この7年、自分と向き合う日々の中で、弱くて情けなくて惨めな自分とたくさん出会いました。きっと、これからも出会うのだと思います。でも、そのすべてがかけがえのない自分なんですよね。愛おしんでいこうと思います。

久しぶりに沢田の桜を見て、ホッとしました。空が青くて、空気が爽やかで、これが私のふるさとなんだと胸に沁みています。

個人的には、5年前から「先生元気プロジェクト」を始めました。私を育ててくれた教育の世界に恩返しがしたくて。私のできることはほんの少しです。それでも、子どもたちに少しでもかわりたいと思います。沢田の杖塾で、皆さまとご一緒できることは、本当に幸せです。どうぞ、よろしく願います。

籠井さんを迎え、杖塾で実施する会の在り方を、皆さんと共に考えていく予定です。残すもの、新しく始めるものなど、意見や提案をお聞きし、話し合いたいと思います。よろしく願います。

森口

