



今年度も本当にたくさんの方のお話を聞かせていただき、たくさんの方に助けられました。
私が支援の現場で関わらせてもらう全ての方が、今の状況を変えるために、今よりも前へ進めるように、「強くなりたい、強くならなければならない」そう思う方もたくさんおられますが、そんな時にいつもお伝えする言葉があります。

これは「いかりや長介」さんの名言（弁護士役のドラマでの名台詞）で

「強くなることはないです。弱い自分に苦しむことが大事なんです。人間は元々弱い生き物なんです。それなのに、心の苦しみから逃れようとして強くなろうとする。強くなるということは鈍くなるということなんです。痛みに鈍感になるんです。自分の痛みに鈍感になると、人の痛みにも鈍感になる。自分が強いと錯覚した人間は他人を攻撃する痛みに鈍感になり優しさを失う。いいんですよ、弱いままで・・・」

弱さを否定するのではなく、弱さを肯定するこの言葉に僕自身の気持ちも救われる部分があり、相談の場面でも使わせていただきます。

自分の弱さと向き合えることは、実は一番強い「こころ」なんだと思います。

『今年度も最後まで小話にお付き合いいただき、本当にありがとうございました。』

施設長 南 芳樹



【3月の予定】

- 1日(土) 家族会
- 13日(木) 昼食会(鮭のアルミホイル焼き)
- 17日(月) スポーツ(大屋体育館)
- 21日(金) お茶会&ゆるとーく
- 25日(火) 掃除&ミーティング
- 27日(木) 外食会(キャラバン or だきしめ鯛)
- 29日(土) 花まつり(新庄公園)

【3月出張相談】

- 21日(金) みなべ町 ふれ愛センター
時間：13:30~15:00

【学習支援 今後の予定】

- (月) 中学生(英語) (火) 小学生
- (水) 高校生(英語) (金) 中学生・高校(数学)

【利用者企画の外食会】



自分達で誘いあってどこかに出掛けてほしいという思いがこの企画の始まりです。初回はこちらから提案し、メンバーにはチラシを作ってもらいました。
次は誰が企画してくれるかな～楽しみです。

【マラソンのつもりがお散歩に:(笑)】

今月のスポーツの予定は『マラソン』・・・
あれあれっ？当日のみんなは
と言うと・・・『走る気分じゃない』
ってことなのでしょうか・・・
写真の通り、かわいくお散歩を
していました(笑)
ゆるっと生きるっていいですね。



【ストレッチ講座】

サポステ with you 南紀主催の『ストレッチ講座』に参加してきました。トレーナーは昨年もお世話になった『北川雄一先生』です。優しく指導してくれる中にほんの少しの厳しさを入れてくれ、昨年よりみんなの筋肉を動かしてくれていました(笑)



北川雄一先生



【昼食会は・・・シュクメルリ&食パンホットドック】

今月の昼食会の『シュクメルリ』とは、東ヨーロッパ、ジョージア国の郷土料理だそうです。チーズとにんにくが決めてだとか・・・それにプラスして『ホットサンド』も作り、お腹いっぱい、出費もいっぱいになりました(笑)



・・・【みんなの感想】・・・

- ・シュクメルリの本場の味を知らないなのでどれだけ近い味になったのか分かりませんがとても美味しかったです。
- ・いつか松屋のシュクメルリを食べたい。
- ・にんにくが入るだけでこんなにガッツリ系なテイストなるんだという感じでした。
- ・シュクメルリは初めてだったけど、チーズとシチューのよいところが合わさって、とても美味しかったです。
- ・シュクメルリにレモン汁かけるの知らなくて食べ終わった後に気付いたのが悲しかった。ホットドック熱かったけどとても美味しかった。
- ・にんにくの香りのするシチューという感じで美味しかったです。

【第31回ふれあい文化祭に今年も参加】



『ふれあい文化祭』に今年も出店させていただきました。今年は舞台発表も会場に戻り、昨年より大勢のお客様がお越し下さり、たくさんのお菓子・古着などをご購入いただきました。『みなさま、本当にありがとうございました。』

ご寄付いただいた
古着&ぬいぐるみを販売

- ◆就労準備支援『ハートワーク』で作った焼き菓子
- ◆ひなた手作り（完売しました～）
- 【ベルギーワッフル】
- 【塩味ポップコーン】
- 【バナナチップ入りキャラメルポップコーン】

お買い物の抽選会で
『きてら・詰め合わせセット』
をゲットしたSくん。



ひなたの森

次回は・・・

今月もたくさんのご厚意をいただきありがとうございました。メールアドレス info@heart-tree.org ホームページ <https://heart-tree.org>

開所日時 月～金曜 9時～18時(祝日・臨時休所除く)

『令和7年4月10日』です。

田辺市高雄一丁目3-27 TEL 0739-33-7850 / FAX 0739-33-7850



HINATANO_MORI