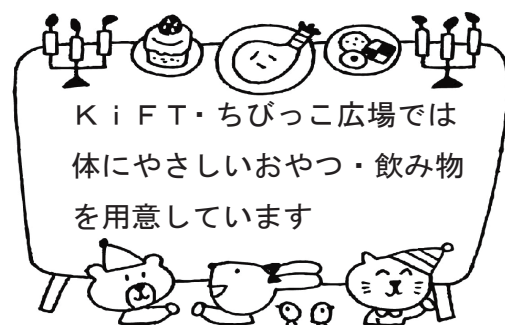
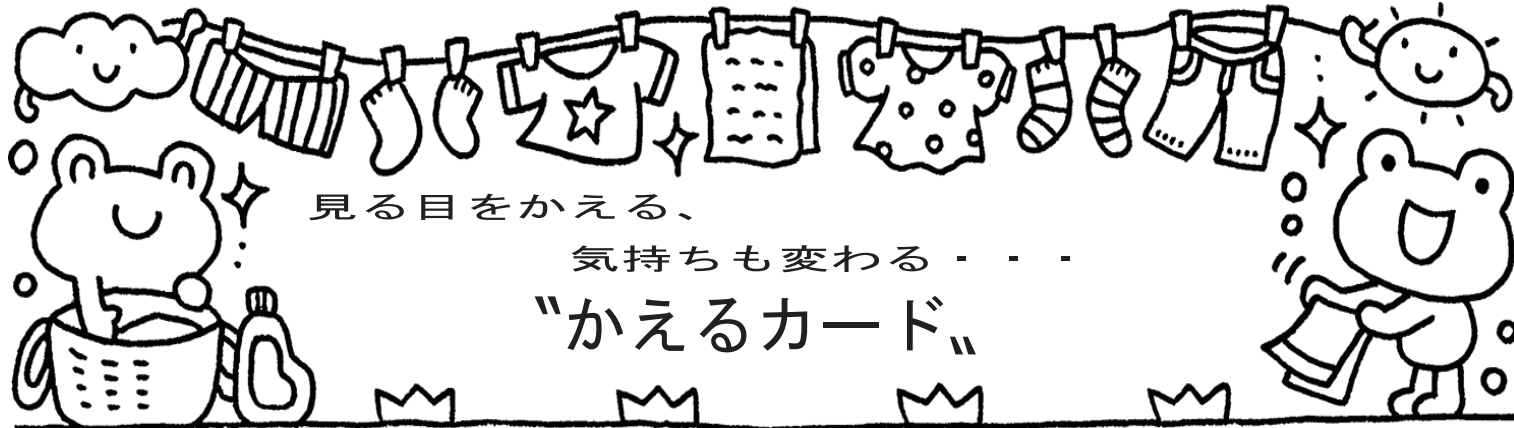


応援します。なかよし親子

Come Come



2025 年 12 月号



見る目をかえる、

気持ちも変わる・・・

“かえるカード”

視点や枠組み（フレーム）を変えて物事を捉え直すことを「リフレーミング」と言います。

マイナスの言葉や状況も、捉え方によってはプラスに置き換えることができます。すると、これまでとは異なる世界が目の前に開けます。それは“あなたはあなたのままでいいんだよ、と優しく包み込んでくれる受容の世界です。

子ども達には、前向きに幸せな人生を歩んでほしいと願わずにはいられません。そのためには、ネガティブな言葉を極力控えて、ポジティブな言葉のシャワーをたくさん浴びせてあげることが大切です。また、物事を固定的に捉えずに、多様で柔軟な考え方ができることを子ども達に教えてあげたいものです。

～安倍博志 「かえるカード」より 抜粋～



ネガティブ (>_<)



気持ちも変わる

ポジティブ (*^_^*)



見る目を
かえる



お子さんの性格や行動で「ちょっと困ったな」と思うことがあったら、少しだけ見方を変えてみて下さい。今まで短所だと思っていたところが、もしかしたら素敵な長所になるかもしれません (*^_^*)



ゆうゆうK i F T (児童クラブ解放日) のお知らせ

ゆうゆうクラブのお部屋を利用し、親子でクッキングをしたり、お子さんを保育士に預けての、ママたちのための趣味の講座を開いたり、楽しい企画を考えています。

お友だちと一緒に参加してみませんか？詳細はスタッフまでおたずね下さい。

12月の解放日…12日 10:00～11:30 手作りおやつ教室

1月の解放日…23日 10:00～11:30 プラバン教室

