



# かなでだより

令和4年  
3月1日発行  
3月号

卒業生のみなさん、ご卒業おめでとうございます。これから先、楽しいことだけではなく大変なこともあるかと思いますが、一つ一つ乗り越えられる力があると信じています。頑張ってください☆  
さて今回は、「相談する」についてお伝えしています。

## 困ったときに上手に相談ができない・・・ということはありませんか？

周りの人たちは、「困ったらいつでも相談してね」と言いますが、相談する側はなかなか言い出しづらかったり、いざ相談をしても聞きたいことを上手く聞き出して必要な情報を教えてもらうには・・・と自分の伝えたいこと、聞きたいことが伝わらず、さらには解決にもつながらないまま、わからないままになってしまい、そのままうやむやにしてしまうこともあるかもしれません。



その背景には、相談するのに必要な情報を洗い出すことが苦手だったり、相談することが必要とわかっていても、情報を整理する、優先順位をつけるという、相談するための準備段階でつまずきやすい傾向があります。

また、相談できたからといって「自分の悩みを全て理解してもらえる」「相手の言うとおりにしたら必ず自分の思い通りの結果になる」保証はどこにもないので、そのことを前提にした上で「現時点でわかる範囲で他人の手を借りてベストな答えを探す」という切り替えが必要になってきます。

では <相談するための準備> として何をしたらよいのでしょうか・・・？

### <まずは悩みや相談したいことを書き出し、優先順位を決める>

相談するにはまず、何に悩んでいるのか、どうしたいのかを書き出して見よう。  
「いつ」「どこで」「誰に」「何を」「どのように」相談するのか整理しよう。

### <ネットなどでわかることは自分で調べてみる>

インターネットなど、ネットで調べて分かりそうなことは自分で調べるようにしよう。自分で調べて行動できることと他人に確認した方が良いことを区別しよう。

### <相談して思った通りのならなくても相手の労に感謝をすること>

相談すればすべてが解決するわけではないので、思い通りの結果にならなくても不満に思わず、「それはそれ、これはこれ」と独立したものとして考えよう。



何かご不明な点や心配なことがございましたら、ご相談ください。

<放課後等デイサービスかなで>

TEL : 011-596-9915 HP : <https://www.jyfld.co.jp>

保護者の皆さま

令和4年3月吉日

放課後等デイサービスかなで

管理者 佐々木 千鶴



## 春休み営業時間について

平素より当事業所をご利用いただきありがとうございます。

コロナウイルスが世に広まり丸2年が経ちました。早い終息を願いつつ、なかなか落ち着かない日々ですが、かなでの先生たちは、元気いっぱい子ども達を迎えられるよう待っております😊さて、今回の春休み営業についてお知らせいたします。

今回は通年通り**3月26日(土)～4月5日(火)**までは下記の通りの営業を実施いたします。

お子さまの来所時間が集中する場合は、来所時間の変更をお願いすることもありますので、その際にご理解、ご協力のほど、よろしくお願い申し上げます。

お時間の変更を希望される際は、お早め申し出てください。また、お子さまと事前に来所時間を確認していただき当日、急に連絡もなく休むことのないよう、家庭内でのお声掛けなど、ご協力をお願い申し上げます。(児童館の自由来館のように来るお子さまもおりますが、お約束の時間に来所をお願いいたします)

～春休み開所時間～

**平日 10:00～17:00**

**土曜日 9:00～15:00**

\*お時間のご相談は、お電話か直接、職員にお申し出ください。

\*遅れる時、お休みの際は必ずご連絡ください。お休みの連絡

は、前日までにお願いいたします。