

かなでだより 5月号

令和2年5月11日発行

今年のゴールデンウィークは異例の外出自粛という残念な数日でした。この休校期間、お子さまもですが、保護者の皆さま、本当にお疲れさまです☆一日でも早い終息を願うばかりですね。さて、今回は今の元号でもある「令和」に関するある新聞の記事をご紹介します。

共に律し「厄」逃れよう

「考案者」中西さん

「令和」の考案者とされる国文学者の中西進さん（90）に令和時代の日本社会について聞いた。

※

元号が「令和」になってから1年が過ぎ、様々な場所で元号を目にする機会が多くなったと思います。企業や学校の名前にもなりましたね。元号を形はありませんが、口にすれば知らず知らずのうちに体に残り、社会を良い方向に向かわせてくれます。

現在、新型コロナウイルスの感染拡大による自粛が続き、先の見えない閉塞感が漂っています。「令和」を大事にすることが、この大変な不幸を乗り切り、ウィルスに打ち勝つことにつながるかもしれません。

「令」を中国の辞書で確認すると、「令は善なり」とあります。善だからこそ人は自らを律し、令に従います。そして、自覚を持った責任ある行動の中で、皆と共に仲良く過ごすのが「和」です。皆と共に自らを律して「厄」を逃れる。今こそ「令和」をかみしめて行動する時だと思います。

日本はしなやかな「屈伸力」を美としてきた国です。今じっとすることが、結果として病を遠ざけ、幸せな未来を広げることにつながるはずです。

「2020年5月1日金曜日の読売新聞」から引用させていただきました

【こどもたちへ】

今回、学校の休校が延長になり、夜更かしをして朝起きれなくなったりなど、**生活リズム、乱れてはいませんか？**（お母さんに叱られる回数、増えてない?!）

学校がいつ再開してもいいように、朝、同じ時間に起きて、朝食を摂る。

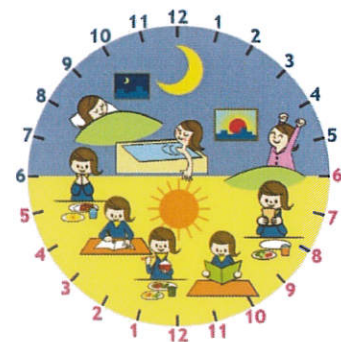
寝る時間だけは毎日同じにし、夜更かしはしない。など、

生活リズムだけは整えておいたほうが良いですよ☆

また、自分の部屋の掃除や、身の回りの整理整頓、食事のお手伝いをするなど、

自分でできることを見つけてやってみる。（特に中高生は1つでも良いからやり遂げてみる）

毎日ではなくても、適度に運動をして体力を維持するだけではなく、ストレス発散にもなりますよ☆



かなでからの 挑戦状！！

<レベル1>

「たちつと」のなかで
にんげんがみんなもっている
ものがふたつあるよ！

<レベル2>

ラーメンの中に入っている
お花ってなんだろう？

<レベル3>

笑顔のママが食べる
フルーツってなんだろう？

※ 答えがわかったら、かなでに
来た時に先生に教えてね☆

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>