

アウル通信



2025. 4. 1 発行 第252号

アメリカ心理学会会長が鬱病の教え子に伝えた助言

長いこと生きていると、辛く苦しく投げ出したくなることもあるし、もうダメかもしれないって心が壊れそうになる時もある。

そんな時は、この言葉を思い出して欲しい。

風がなければ船は進まないし、弓を強く引かなければ矢は遠く飛ばない。

雨が降らなければ虹は生まれないし、稲は踏まれるほど深く根を張る。

暗闇がなければ星は輝かないし、鉄は炎の中で強くなる。

困難や逆境は君を苦しめるものじゃない。

君を強くするものなんだ。

だから辛い時こそこう思いなさい。

「ありがとう」と。

痛みがあるから強くなるし、迷いがあるから賢くなる。

絶望があるから希望は輝くし、涙があるから笑顔が際立つ。

人生に無駄な苦しみなんてない。

どれも君自身に必要なものだ。

今はわからなくてもいい。

でも、いつか必ず気づく。

この痛みがあったからこそ、今の自分ができたんだと。

僕が病に伏せている時、何度も読み返しておりました。

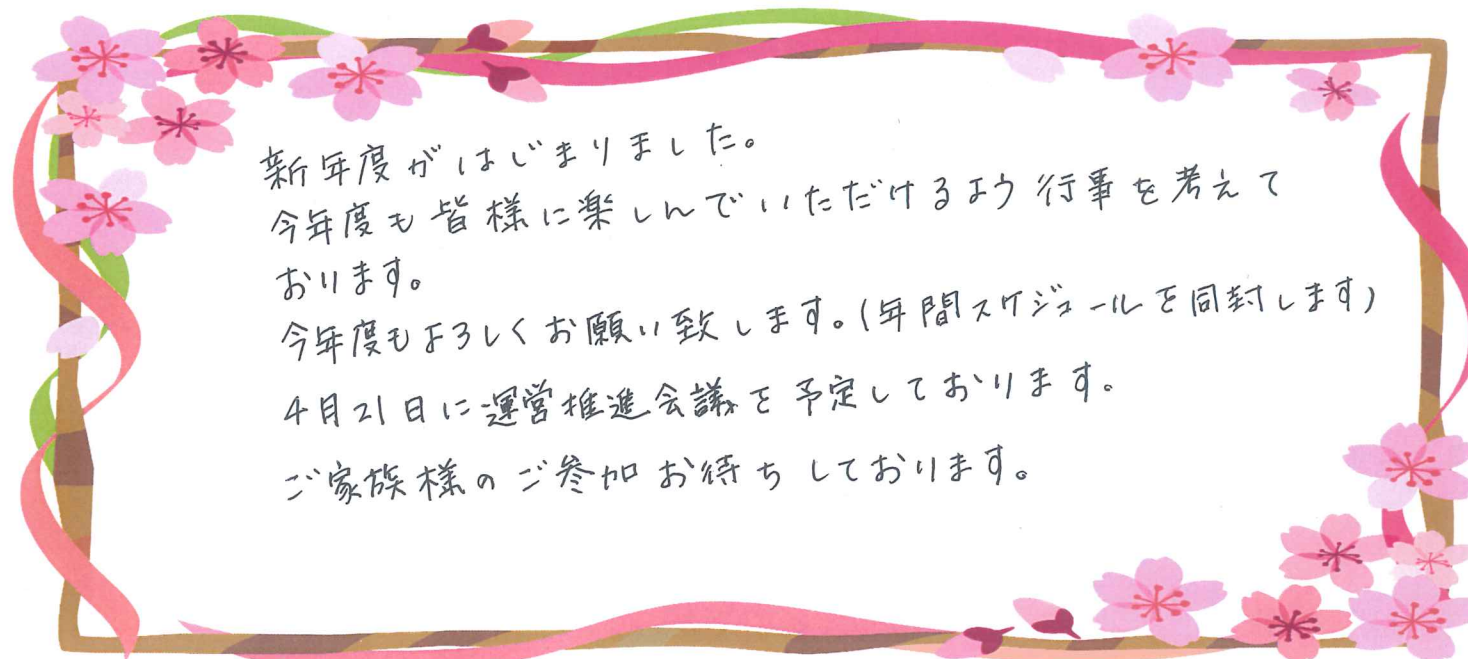
随分と、この言葉に救われました。

無駄なことは一つもないということですね。

感謝

ア ウ ル 宮 崎 直 人

今日の題字は
氣田京子様
書いていただきました。



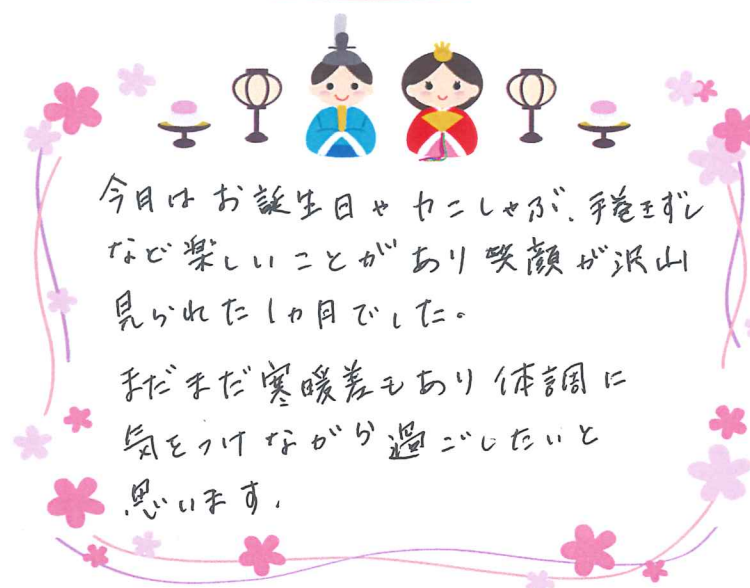
新年度がはじまりました。

今年度も皆様に楽しんでいただけるよう行事を考えて
おります。

今年度もよろしくお願い致します。(年間スケジュールを同封します)

4月21日に運営推進会議を予定しております。

ご家族様のご参加お待ちしております。



今日はお誕生日やニしゃぶ、手巻きずし
など楽しいことがあり笑顔が沢山
見られた1ヵ月でした。

まだまだ寒暖差もあり体調に
気をつけてながら過ごしたいと
思います。

今日の出来事

- ・お誕生日
- ・ひなまつり
- ・演奏会鑑賞
- ・カニしゃぶ
- ・手巻きずし



入居のご相談について

ご家族が『もしかしたら認知症かも？』
グループホームに入居したい
グループホームを見てみたい、などなど
気軽にご相談、ご見学ください。
また、今入居されている方のご家族の皆様も
生活の相談等、気軽に声をかけて下さい。

担当窓口 犬山

発行責任者 宮崎 直人

しゃぶしゃぶ おいしくな～れ!!



いっほいっかがでずか



おたんじょう日
おめでとう!!
素敵な笑顔です



happy birthday!!



なに巻かな～!!



負けられないぞ!!



とても素敵な2ショットです
♡



どれにしようかな～!



おんたま フォリン!!



みんなでしゃぶしゃぶ



みんなでトランプです。



手際がいいですね!!



おやつはイチゴかな～?



吹奏楽鑑賞です ♪



どんな話してるのかな?
楽しそうですね



仲良しで～す ♡