



# すとるべりー通信

NO. 21

NPO法人KHJとちぎべりー会(平成22年8月15日発行)

## 7月25日(日) 月例会のでは

3つのグループに分かれて和気あいあいと時間一杯使って話し合いをしました。そのグループ中から『天国の言葉』という素敵な話が出たので皆さんにもご紹介します。

天国の言葉 愛しています うれしい 楽しい 感謝しています  
ありがとう っている 幸せ

等でした。この外にも分かったよ、そうだね、素敵、大好き等素直な自分の気持ちや相手を肯定する言葉は沢山ありますね。このような言葉は口にしなくても分かっているから口にしないと、ついイライラして感情をぶつけてしまい、後で言わなきゃよかったと思うような反対の言葉、『地獄の言葉』というそうですが、怒り、愚痴、ひがみ、嫉妬等の言葉を口にすることがあります。意識して『天国の言葉』を口にしてみると、言った方も言われた方も幸せな気持ちになります。是非使ってみてください。

## 次回月例会は8月29日(日) とちぎ福祉プラザ2F

講師 内藤孝二さんを迎えての学習会です。

内藤さんは個別相談、家族教室、訪問サポートで若者支援を行っています。長い経験の中から見えるものをお話していただきます。

### ♪♪～暑気払いカラオケ懇親会のお知らせ～♪♪

9月12日(日) 12時～16時 カラオケシダックス宇都宮睦町クラブ

猛暑の今年、まだまだ暑い日が続きます、思い切り声を出して元気回復いたしましょう。  
楽しい笑顔は周りを幸せにします。 参加申し出月例会にて受付です

## 宇都宮市民活動サポートセンター 団体室 AB

対応を考える 人生脚本という考え方

日曜日の月例会へ参加できない方や、更に深く学習したい方にお勧めです。  
少人数で和気あいあいと進めます。

## ☆ わかものの居場所 8月18日 午後1時30分～4時

宇都宮市東生涯学習センター 1階 和室 参加費 無料

誰にも何も言われず1人で過ごせる心地良さあり、仲間と語り、たわむれ、ぶつかり合える良さあり。  
いろいろな人との関係から距離感をつかみ取り、何時しか苦しさを感ぜずに人と関われる。  
そういう自分を実感できるようになる居場所です。

## ☆ 足利の居場所 9月5日(日) 午後1時～4時

足利市宮北町5-11 民家(毎月第一日曜日) 500円

参加費 500円 詳細は 090-8319-3812 (20:00以降) 齋藤

不登校・ひきこもりの若者や保護者の方の語らいの場です。不登校やひきこもりによって孤立してしまっている若者が、人と接する機会を持つことによって、自立への準備をする。様々な人とのつながりを作るのが目的なので、どなたでも参加はOK。日にちは都合で変更になることがあります。参加者は事前にご確認下さい。前回は、足利の花火大会に合わせて日にちを8月7日(土)に変更し皆で花火大会を楽しみました。日にち変更後容赦下さい。

## ☆手作り小物店“きらら”が8月10日新装オープンしました

私達の仲間が佐野市に開いている可愛いお店“きらら”が生まれ変わって更に居心地の良いお店になりました。お店には皆さんから寄せられた素敵な手作り小物が沢山！是非一度足を運んでください。オープン時間等は事前にお問合せ下さい 080-1007-3423 丸山

♪ベリー会入会のご案内♪～

☆利用会員 全ての催し・事業に参加できます  
入会金 1000 円 年会費 2000 円  
初めてご参加の方は月例会々場で入会手続きが出来ます  
☆会の運営に参加する正会員、会の支援を行う賛助会員も受け付けています。詳しくはお尋ね下さい。

☆初参加者相談コーナー

月例会へ初めて参加された方のための相談コーナーです。  
当会のカウンセラー、支援相談員、訪問ヘルパー、ひきこもり支援相談士が対応いたします。

☆個別相談、グループ相談

月例会の他に相談がしたい方、定期的に続けたいという方に個別に対応致します。

♪♪ カウンセラー個別相談

初回無料、次回より 60 分 3,000 円 事前に電話にてお申込下さい。  
090-4247-2829 齋藤

♪♪ 栃木 家族相談会（個別相談会） 於：栃木市 吉田邸  
NPO法人グローバルヒューマン代表理事 大河原康雄  
完全予約制 一家族 1 時間 5,000 円  
お問合せ、ご予約 090-9316-0166 大河原

♪♪ 新潟県佐潟荘 副院長 精神科医、心療内科医  
医学博士 中垣内 正和先生グループ相談会  
8 月 22 日 埼玉けやきの会 5,300 円  
8 月 13 日 日本テレビ スッキリ それが知りたい大人の引きこもり  
で医療、家族会、居場所の必要性等につきコメントされた  
ドクターです。  
申込は齋藤まで 090-4247-2829

必要以上

親が子どもに対して…

必要以上な先回りがなければ、  
子どもたちの主体性が育つでしょう。

必要以上に物を買えば  
物を大切にすることを学ぶでしょう。

必要以上に子どもの言いなりにならないで、  
子どもは考えてみることを学ぶでしょう。  
(満たされない心はその先を考えることを必要とします)

時代が豊かであっても貧しくあっても…。  
(黒川満平 心のメモ帳より)

## ※ お問い合わせ

☆ **NPO法人になる直前まで会員としてご入会されていた方で、NPO法人になった後、入会手続きの終わっていない方にお知らせです。入会金は不要です。年会費のみのお振込をお願い致します。**  
(平成 23 年 3 月 31 日迄にご入金がない場合は退会とみなし名簿から除きます。ご了承下さい)

利用会員 年会費 2000円

振込先 [郵貯銀行からの振込みは](#)  
記号 10740 番号 28873101

[郵貯銀行以外の金融機関からの振込みは](#)  
店名 078 店番 078 口座番号 2887310  
ゼロナナハチ ゼロナナハチ店 と読みます

名前(口座名義人) 特定非営利活動法人KHJとちぎベリー会