

にこにこ新聞 6月（書道・外国人の英会話・笑い文字）

5月の気持ち良い季節も過ぎ、そろそろ梅雨の季節に入ります。

梅雨の時期は、日照不足や気温の変化によるストレス、

冷たい飲み物の摂取などにより、腸内環境が乱れやすいと言われています。



そのため、憂鬱や体調不良を起こしやすくなります。精神疾患を起こしやすいのもこの時期です。

偏食の多い人は、腸内環境がほぼ乱れています。

腸内環境の乱れは様々な病気に影響を与えられています。

6月は、体調を崩しやすい時期ですが、腸内環境を整えて、梅雨の憂鬱や体調不良を乗り越えていってください。

今回は雨の日をお家で過ごすのにおすすめな読書について触れたいと思います。

読書は、子どもの成長に様々なメリットをもたらす大切な習慣です。

上手に読書習慣を身につけられたらいいですね。

読書のメリット

- **想像力や創造力を育む:**
読書を通して、子どもは物語の世界に入り込み、登場人物の気持ちや状況を想像することができます。これは、想像力や創造力を育むのに役立ちます。
- **語彙力や文章力を高める:**
本を読むことで、様々な言葉や表現に触れることができます。これは、語彙力や文章力を高めるのに役立ちます。
- **集中力や忍耐力を養う:**
読書には、集中力と忍耐力が必要です。本を読み進めることで、これらの力をつけることができます。
- **知識や教養を広げる:**
本には、様々な知識や情報が詰まっています。読書を通して、幅広い知識や教養を身につけることができます。
- **心を豊かにする:**
読書は、子どもに感動や共感を与え、心を豊かにします。



読書好きにする方法

- **小さい頃から読み聞かせをする:**
小さい頃から読み聞かせをすることで、子どもは自然と本に親しむことができます。
- **子どもの興味に合わせた本を選ぶ:**
子どもが興味を持っているジャンルの本を選ぶことで、読書への意欲を高めることができます。
- **一緒に読書を楽しむ:**
親が読書を楽しむ姿を見せることで、子どもも読書に興味を持ちやすくなります。
- **読書をする場所を作る:**
静かで集中できる読書の場所を作ることで、読書に集中しやすくなります。
- **無理強いしない:**
読書を嫌がったり、疲れたりしたら、無理強いせず休憩させましょう。
- **図書館や書店に連れて行く**
何か必ず気になる本があるはずですが、本好きにするには、まず選んだ本を認めてあげましょう

読書は、子どもの成長にとって様々なメリットをもたらす大切な習慣です。

上手に読書習慣を身につけることが重要です。

親子で一緒に読書を楽しむことで、子どもにとって読書がより身近なものになりますよ。

書道教室からのお知らせ

6月になりますね。

私の中では今年ももう6か月

6か月の間に何があったかな？

1月に今年目標「整える」と決めた。

まずは環境を整えるため「断捨離んだひな・メルカリんだひな」先生にお願いして

来てもらい断捨離をしました。とりあえず部屋はきーぷしています。

そして腸と心を整えるというところで食事にとりいれている。



こうやって考えてみると地道にやっているじゃあない。

パチパチ

また新しい生徒もたくさん来てくれました。

とても嬉しいですね。

皆さんもこんな色々なことが起こっている今、頑張っている自分をほめてあげてください。

広島書道展に出展された生徒に作品（軸）と賞状をもってかえってもらいます。

賞状と額を持って帰った人は先生が写真を撮っていたので額に入れてプレゼントします。

一生懸命頑張って書いた作品です。ほめまくってあげてください。

今年も県立美術館に展示してもらえるよう頑張りましょうね。

その為にも毛筆を持ってくるようにしてくださいね。

26日28日は1.2年生に毛筆を挑戦してもらおうと思います。
全国書画展の練習をします。書道具を持っている人は持って来てください
持っていない人はお貸ししますので新聞紙を持って来てください。

毛筆を持ってくる学年

6月5日水曜日 さくらの教室	12日	19日	26日
海外研修にて休み	4.6年	3.5年	1.2年
6月7日金曜日 KIC教室	14日	21日	28日
硬筆	4.6年	3.5年	1.2年

KIC/第二聖徳の生徒さんに入会の時にお話ししたと思いますが月3回の授業お月謝は3回分でいただいております。が私が元気で用がない日には内緒ですが4回させて頂いています。今年は海外研修・国内研修を含めて金曜日が含まれる場合が多くあると思います。今年はラッキー月が昨年より少なくなる予定です。休みの日はゆっくりするということも必要ですね。楽しんでください。

外国人講師の英会話教室

新しい生徒も少しずつドナルドに慣れていっているようです。

英会話といえ直ぐに英語が話せるわけではありません。

しかし聞いたことのある言葉は話すことができます。



それが大事なのです。日本語でも英語でもたくさんの言葉を聞くことで

話せるのです。知らない言葉は話せないのとにかく聞くこと

その環境にいることが必要です。

日本語でも模倣時期なので自然にまねっこしています。

それが小さいときこれがすごくいいですよ。ものおじせず。まだ恥ずかしいと思わない時期

とても楽しみです。向井が海外研修に行くため **6月4日お休み**にします。

よろしく申し上げます。

我が家を断捨離してくださったひなさんからメッセージをいただきました。気になる方は読んでみてください

🍀断捨離コラム🍀

5月は、自然界も新芽やきれいな花々が、私たちの目を心地よく 楽しませてくれる、スッキリ 爽やかな季節ですね。オシャレをして外出したくなる季節でもあります。そこで気温差がある季節でもあり、暑かったり、肌寒かったり 半袖を着てみたり、カーディガンを羽織ってみたり、中々 長袖がしまえないでいます。そこでぜひ、あなたのお家 特に冬服、春夏服の入れ替えは 出来てますか。1年以上着ていない服は、要らないと、基準値を決めると 6割断捨離が、進みます。冠婚葬祭や、お出掛け着などは、別として、普段着の断捨離の ワンポイントアドバイスを 致します。

❶服は、アイテム別に3着 有れば良いとされます。最大でも5着まで。例えば、ジャケット、カーディガン、セーター、コート シャツ、トレーナー、ワイドパンツ、デニム、スリムパンツ スカート、ロングスカート、 これらが各3点のお気に入りを残し、それ以外は、捨てるか、メルカリ行きか？これ以上あっても身体は一つ しかありませんから、着きれないです。ワードローブは 組み合わせ次第で、何百通り 着れます。この機会に、古い服も一気に 捨てましょう。

❷それが出来たら、玄関、リビング、ダイニング、キッチン、共有スペースなどの 断捨離を手掛けていきましょう。

❸身近な出来そうな所から はじめましょう。今日はここ、明日はここと 決めて、カレンダーを利用し、1日15分、断捨離タイムと決め ブレずに継続しましょう。