



おにぎり通信

2012年3月31日(土曜) 四ツ谷おにぎり仲間

こんにちは！私たちは毎週土曜日に、四ツ谷周辺と銀座・日比谷公園、東京駅周辺で生活されている方々を訪問しているボランティアグループです。

いよいよ明日から4月が始まります。書店には語学講座のテキストがたくさん並び、新年度の始まりを感じさせます。こころの若さを保つためには、新しいことに挑戦するのが一番といます。カラフルなテキストをみていて、私もラジオ講座で勉強したいと思いました。

お知らせ

4月7日(土)は訪問をお休みさせていただきます。
4月9日(月)の福祉行動はいつもどおり行います。

☆3月19日 福祉行動報告

どなたも参加されませんでした。

次回の福祉行動:4月2日(月)

朝8時30分までに東京駅丸の内北口に集合です。

東京駅丸の内北口と書いてある看板の下、丸の内警察署東京駅交番近く『びゅうプラザ前』の付近にいてください。

病気やケガの治療を希望される方や、体を休めたい方と一緒に福祉事務所まで、ボランティアが同行いたします。福祉行動は原則として毎週月曜日に行います。

福祉行動は参加されるそれぞれの方が、ご自身の希望をご自身の言葉でハッキリと福祉事務所に伝えることにより成り立ちます。

最寄の福祉事務所

中央区福祉事務所...中央区築地 1-1-1 中央区役所4階

千代田区福祉事務所...千代田区九段南 1-2-1 3階

ただ せんたく ほうほう
＜正しい選択をする方法＞

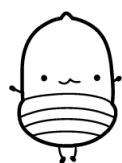
せんじつ べい だいがくきょうじゆ じゆぎょう かいがい
先日、シーナ・アイエンガー米コロンビア大学教授の授業をテレビで見ました。海外の
ゆうめい だいがく おこな じゆぎょう につぼん しちようしゃ しょうかい
有名大学で行われている授業がどのようなものか。日本の視聴者に紹介するという
ばんぐみ ばんぐみ じぶん さんこう おお おも
番組でしたが、番組をみていて自分にも参考になることが多いと思いました。

きょうじゆ こうこうじだい もうまく びようき しりよく しりよく うしな
アイエンガー教授は、高校時代に網膜の病気で視力を失っています。視力を失い
じんせい せんたくし かぎ じんせい ぼめん おこな せんたく ちゅうもく
人生の選択肢が限られたことで、人生のいろいろな場面で行われる「選択」に注目。
せんたく けんきゆう はじ
「選択」について研究を始めたそうです。

きょうじゆ えら と ひと ただ
アイエンガー教授は、「あなたならどちらを選びますか？」と問いかけながら、人は正し
せんたく おも まちが せんたく げんいん
い「選択」をしたと思いながら、なぜ間違った「選択」をしてしまうのか。その原因をあぶり
だ
出していきます

ぜん かい じゆぎょう お きょうじゆ ていあん
全5回の授業が終わりにさしかかったところで、アイエンガー教授は1つの提案をします。
しゅうかん じぶん せんたく せんたく りゆう せんたく ただ
1週間に自分はどのような選択をしたのか。選択をした理由とその選択は正しかったのか、
まちが けっか か
間違っていたのか結果をノートに書き出して下さい、と。

きょうじゆ せんたく くせ せんたく かいぜん ただ
アイエンガー教授によれば、選択の癖を知ることで「選択」はかなり改善され、正しい
せんたく おも かけ かけ せんたく おお
選択ができるようになるといいます。思い返せば、間違った選択がいかに多かったことか。
しゅうかん せんたく か だ じぶん せんたく てんけん おも
私も1週間の選択を書き出して、自分の選択を点検してみたいと思いました。



つっ よ お つうしん ほうち ぼこ
おにぎりを包んでいるラップや読み終わった通信は放置せず、ゴミ箱に
い かたづ きょうりょく ねが
入れるなどして片付けにご協力をお願いいたします。おにぎりはかなら
ひ ひろい ち ひとり おお かた め あ
ずその日のうちにお召し上がり下さい。一人でも多くの方に召し上がって

ひとりいっこ ねが
いただくため、1人1個でお願いいたします。

よつや なかま れんらくさき いわた
四ツ谷おにぎり仲間 連絡先:090-4959-0652(岩田)