

6月スケジュール



JUNE
令和元年

	月	火	水	木	金	土	日
午前						1 ★ミーティング	2 お休み
午後1						映画	
午後2						70セス依存 認知行動療法	
午前	3 散歩	4 カラオケ	5 リラクゼーション	6 お休み	7 ●料理教室買い出し 自己学習/木工・芸術	8 料理教室	9 お休み
午後1	ミーティング	ミーティング	認知行動療法(物質)/ ミーティング		認知行動療法(物質)/ ミーティング	園芸	
午後2	室内スポーツ	園芸				70セス依存 認知行動療法	
午前	10 ゲーム活動	11 自己学習/木工・芸術	12 こころの体操	13 お休み	14 認知行動療法(物質)/ ミーティング	15 ★ミーティング	16 お休み
午後1	ミーティング	ミーティング	認知行動療法(物質)/ ミーティング		駿河探訪	映画	
午後2	心理教育	フリースタイル				70セス依存 認知行動療法	
午前	17 散歩	18 園芸	19 リラクゼーション	20 お休み	21 自己学習/木工・芸術	22 ものづくりイベント	23 お休み
午後1	ミーティング	ミーティング	認知行動療法(物質)/ ミーティング		認知行動療法(物質)/ ミーティング		
午後2	室内スポーツ/園芸	フリースタイル				70セス依存 認知行動療法	
午前	24 カラオケ	25 ●料理教室買い出し 散歩	26 こころの体操	27 お休み	28 認知行動療法(物質)/ ミーティング	29 料理教室 利用者会 お誕生日会	30 お休み
午後1	ミーティング	日帰りの湯	認知行動療法(物質)/ ミーティング		駿河探訪		
午後2	室内スポーツ/園芸					70セス依存 認知行動療法	



今月のお誕生日の利用者さんは、なんとお誕生日月に1年クリーンのバースデーでした!!
いっしょにお祝いすることができてよかったです。聖明デイケアはこれからもみなさんの断酒、断薬、断ギャンブルを応援しています!!



午前中はボランティアに行ってきます。

利用者さんに聞きました!!体験談②

先月の続きをご紹介します。『論語』という孔子の教えを説いた本を読んだ利用者さんはどんなことを感じたのでしょうか?



ここで、ほんの一部を紹介してみたいと思います。

い
わ
《子貢が問うて曰く、一言で以て身を終うるまでこれを行うべき者有りや。
し
い
わ
そ
じ
ょ
な
子曰く、其れは恕か。己れの欲せざる所は、人に施すこと勿かれ》

これは平澤興さんが好きだったそうで著書によく用いられている。解釈はこうで、「先生、たった一言で一生それを守っていれば間違いのない人生を送れる。そういう言葉は有りますか。」孔子は、「それは恕か」と答える。孔子が「恕なり」と断定せず「恕か」と曖昧に答えたところに、なんとも味わい深い孔子の人柄を感じると平澤さんは述べられている。自分がされたくない事は人にしてはならない。それは恕だ、と孔子は説いた。つまり思いやりということである。他を受け入れ・認め・許し、その気持ちを思いやる。自分と同じように人のことを考える。そのことが人生の一番大切なことだと孔子は教えたのである。「もの盛んなれば心失う」という今、人間の欲望享樂を満たす手段はかつてないほどに繁栄した。それに比例するように自分さえ良ければいい、今さえ良ければいいという風潮が世に蔓延しつつある。私たちは今こそ、かつて日本人が備えていた美質を務めて涵養していかなければならない。～豊かな後世のために～ などがあります。また、『致知』という月刊誌も読ませてもらい、その中に紹介されている色々な方(渋沢栄一・安岡正篤・稲森和夫・etc.)の経験や学びから来るたくさんの考え方・行動の取り方なども学ぶことが出来ました。そのおかげで最近是人として恥ずかしくない、言動・行動・思考などが少しずつですが出来るようになり、心に余裕が出来てきて自分や廻りの姿が以前より観えるようになってきたと思えます。これから同じ過ちをしない為にも色々学んで実践していき、「人として恥ずかしくない生き方」をしていきたいです。勿論、それには断酒を忘れ無いようにしないと!

～ I ～

