



アトリエ虹便り



H22年5～6月の主な足跡

5月27日(木) 折り紙

青年の会のひとこま、数名のグループが出来ました。どうやらkobaちゃんを講師とした折り紙実習の時間。短時間で、きれいな作品が完成しました。



5月31日(月) 小布施散策

落ち着いた街並みの小布施の町を散策しました。オープンガーデンやパン屋さん、ガラス工房、酒屋さん、アンティークの衣料店などを訪ね歩いて、最後は小布施駅舎内にあるAkieさんが働いているお店で一休み。商品を眺めたり、Akieさんが入れてくれたコーヒーなどをゆったりと味わいました。

店の一角には、Aokiさんのブローチや、皆さんがつくったストラップの販売コーナーがあり、作品と懐かしい対面をしました。

5月の心地よい陽気の中、のんびりとした贅沢な一日でした。



Akieさんが働いているお店

6月 8日 サツマイモの植付け

満開のじゃがいもの花を見ながら、サツマイモの植え付けをしました。植えた品種は今年も「鳴門金時」。「これが一番うまいんだ」と焼き芋屋さんが言っていました。

季節は巡りくる
巡りくる季節に
気付かぬ者にも
季節は巡り来て
命の芽吹きを吹き込む



これからの成長が楽しみ

8月の予告

ホタル狩り

日程：8月6日(金)予定 (天候等により変更もあり)

場所：志賀高原 石の湯(木戸池近く)

時間：17時～20時半頃まで

詳細別途

アトリエ虹としては初めて、夜の活動を計画しました。真夏の夜、夕涼みを兼ねて、皆さん如何でしょうか。



気持ちの居場所

どんな気持ちも大切なあなたの気持ちです。「楽しい!」「嬉しい!」などの明るい気持ちだけでなく、「辛い」「泣きたい」という否定的な気持ちも、あなたの大切な一部です。けれど私たちは、つつい辛い気持ちや苦しい気持ちを心の中に置いておきたくなくて、追い出そうとしてしまいます。

しかし、「辛い」「苦しい」「イライラする」というようなマイナスと思える気持ちも大切に、否定したりしないで居場所を見つけてあげましょう。

どんな気持ちもあるがままに感じ、認めてあげる。あるがままの自分を受け入れることが、自分の力を信じる源となるのではないのでしょうか。

ブラウザ右上の ×ボタンで閉じる