



エイドだより

2017年 12月



みな 皆さんこんにちは！寒い日が続きますね。暖かくしてなるべく休み、体調に気をつけましょう。

さて、12月はクリスマスに大晦日、色々な行事があります。しかし、それに反して冬は気分が落ち込みやすい季節。そこで、今回はエイドの皆さんから「寂しい時の対処法」をお聞きしました。

寒い季節、色々な対処法で乗り切っていきましょうね。

月曜日 佐藤 佑哉

僕はさびしい時、好きなバンドのライブ動画をYoutubeで見えています。動画を見ながら、ちよ、と他の人にはお見せできないような勢いで、1人はしゃいでます(笑)

月曜日 戸野塚 ふたは

日が落ちるのが早い、などの理由で、冬は落ち込みやすいらしいです。そんな時は...
・心の内で自分と会話する
・寝る
・本などを読む
色々な方法がありますが、エイド室に来るのもアリです。お待ちしております。

火曜日 赤田部 友貴

冬は、不思議ともの寂しい気持ちになりますね。気持ちが落ち込んだ時こそ、溢かいたものをとりましょう。冷たいものばかりでは、体も心も冷えてしまいます。眠る前のホットミルクは、ほ、とひと息つけて、おやすみです。もちろん、だれかと話をするのも、気持ちを落つけてくれます。いつでも、エイド室にお話をしに来てください。

水曜日 石橋 未来

寒い日が続いて寂しいなと思うことが増えたり人もしるの？かな？そんな気持ちになったときは、自分が夢中になれることや楽しいと思うことをたくさんしよう!!
自然と心はハッピーになれるよ
迷ったり、悩んだりした時にはいつでもエイド室に来てください

水曜日 小竹 つぐみ

最近 どんどん寒くなってきましたね。
私は寂しい気持ちになったときには、おいしいご飯を食べます。お腹が満たされると、心も満たされたような気がします。12月もエイド室をお待ちしています!!

木曜日 初見 駿

さびしいときに詩を読んだり、書いたりしてみるのはどうですか。詩は自由なところがあるので、解放的でよいですよ。現実から瞬間離れるのもよいと思います。

木曜日 福田 真子

2017年もあけましておめでとうございます!!
わたしはさみしいな...さびしいな...と寂しいとき誰か人と話すと元気が出る映画をみる(電話でも直接でも*) (魔法生活にかけられたがオスス♡)のじろらがをします(学校さびしくなったら...)
わたしたち話しにエイド室に来てね!!

金曜日 浅井 敦子

誰かを想って寂しい時、部屋に一人で「うん〜ん寂しいよ〜」って泣くこともあります



エイド室って
どんなところ?

- ・みなさんのサポーターであるキャンパスエイドがいる部屋です。
- ・エイドと話をしたり、一緒に昼休みにお昼ご飯を食べることもできます。
- ・エイド室には、トランプやジエンガ、折り紙などがあり、遊ぶこともできます
- ・開室時間 (月)(火)(水)(木)(金)・・・10:00~15:00ごろ

♪ぜひお気軽に遊びに来てください♪

