



12月

ほっぷ通信

令和7年12月
No.29
管理者 遠藤順子

師走の候、皆様におかれましてはいかがお過ごしでしょうか。街のイルミネーションがきらめき、年の瀬の足音が少しずつ近づいてまいりました。今年も残すところあとわずかとなりましたが、日々の暮らしの中に小さな喜びや温もりを感じられる季節もあります。

一年を振り返りますと、子どもたちの笑顔と元気な笑い声、楽しい日々ばかりが思い出されます。うまくいかなくて泣いたり、お友達とケンカをしたり様々な経験を乗り越えてみんな大きく成長しました。ご家族様のご支援と温かいお心遣いに支えられ、無事に過ごすことができましたこと心より感謝申し上げます。

寒さも本格的になってまいりますので、お体を大切に、健やかにお過ごしください。来る年が皆様にとって穏やかで実り多き一年となりますよう、心よりお祈り申し上げます。どうぞ良いお年をお迎えください。

12月22日



冬至は一年で最も夜が長く、昼が短い日になります。冬至の過ごし方や習慣として…

- ・かぼちゃを食べる→ビタミンが豊富な栄養価の高いかぼちゃを食べることで、風邪をひかないように願う習慣があります。
- ・ゆず湯に入る→ゆずの香りで体を温め、邪気を払って風邪を予防すると言われています。
- ・運を呼び込む→「ん」のつく食べ物を食べる習慣も、運を呼び込む縁起擔ぎとして知られています。(人参、大根、銀杏など)
- ・ゆっくりと過ごす→一年のうちで「陰」の気が強まる日ともされるため、無理をせず心身を休めることも大切だとされています。



ほっとタイムへのご参加、
ありがとうございました！

11月27日(木)に佐々木作業療法士を交えての家族懇談会「ほっとタイム」を開催致しました。お忙しい中ご参加いただきありがとうございました。保護者の皆様と直接お話することができ、とても有意義な時間となりました。

今後ともどうぞよろしくお願ひいたします。



佐々木作業療法士 来所日

12月20日(土)、12月25日(木)
1月9日(金)

※お子様の発達について、質問や相談などがありまし
たら、お気軽に職員にお声がけください。

特定非営利活動法人セミナーレ ほっぷ
988-0318
宮城県気仙沼市本吉町登米沢24番地1
TEL:0226-25-7710
FAX:0226-25-7764
Mail:seminare@iaa.itkeeper.ne.jp



当事業所のホームページになります。
こちらの QR コードを読み取りください。

セミナーのイルミネーションが
点灯しました



ぜひ見にいらしてください(*'ω'*)♪

