



青空に元気に泳ぐこいのぼりが、あちらこちらで見られます。「あ、男の子が生まれたんだなあ。元気にたくましく育ってね。」と、つい心の中でつぶやきます。

この便りが届くころ、みなさんゴールデンウィーク真っ只中でしょうか。ちょっぴり長いお休み、日頃やりたいと思っていることなどをして、心も体もリフレッシュしましょう。そして、新たな気持ちで仕事や勉強に取り組んでいきましょう。

もしも、この休みが楽しめなかったり、休み明けからの生活に煩わしさを感じるなどがあつたら、**ぐちり庵**にご相談ください。

ぐちり庵では、以下のようなご相談を承っています。

人間関係に関すること（職場：上司、部下、同僚との関係、親子関係、夫婦関係、嫁姑関係）仕事と家庭の両立に関する事、子育ての悩みや迷い、自分の将来が見えない、自分に自信が無い、仕事が手につかない、勉強に身が入らない、理由がわからないが学校や仕事に行くのが億劫だ、体調不良が続いている、何をやっても思うようにいかない、ミスが多い、進路相談……これらの事で思い当たることがあれば、**ぐちり庵**にお問い合わせください。

園田照子

声

ここではどんな話をするのだろうと、思いながら来ました。恥ずかしいと思いながら、看板通りにぐちを言ってみました。**ぐちり庵**でぐちったら、心が軽くなりました。ぐちを言ってスッキリしたのは、初めてです。



(カウンセリングの感想)

カウンセリングってなんだろう

人は、自己価値感が高く自分に自信があれば、不安を感じたり悩んだりすることはありません。

不安を感じるのには、自己価値感が低く自分に自信がないからです。そのような自分は嫌だ。変えたい、変わりたいと感じているからです。

カウンセリングを受けることで、自己価値感を高め、自信のある自分になる事が出来ます。いえ、自信のある自分に戻る事が出来るのです。

自分に自信があれば、目の前に現れる困難も、正面から受け止め対応することが可能になります。病気になったり、問題行動を起こしたりすることも改善されていきます。

カウンセリングは、私たち一人一人が自分らしくそれぞれの人生を謳歌し、楽しい人生だと思って過ごすためにあるのです。

今、生きづらさを感じたり、不安やモヤモヤする気持ちを感じているあなた。一度、カウンセリングセンター**ぐちり庵**に足を運んでみませんか。

5月の勉強会のお知らせ

日時：5月19日(土) 1330～1530
場所：カウンセリングセンター **ぐちり庵**

菊池市七城町林原764-1

Ocean 102

テーマ：コミュニケーション力を磨いて相手の気持ちに寄り添おう！

参加費：500円（資料代等）

参加ご希望の方は、資料等の準備がありますので、事前のお申し込みをお願いします。（メール、携帯、FAX等ご利用ください）

難しい話はしません。お子様同伴でも構いません。気軽においで下さい。

*お問い合わせは080-2797-4551
までお願いします。

料金表

* 初回	100分	5,400円
* 2回目以降	50分	5,400円
	100分	10,800円
* ☎ カウンセリング	50分	5,400円
* メンテナンス	50分	3,240円
* ストレスチェック	20分	2,160円
* カウンセリング体験	50分	3,240円

- ・料金にはすべて消費税が含まれています。
- ・当日のキャンセルには、100%のキャンセル料が発生します。詳しくは、ホームページ、直接お電話でご確認ください。

カウンセリングセンターぐちり庵

代表 園田 照子

☎ 0968-41-6431 FAX 0968-41-6432

<http://www.guchirian.com> info@guchirian.com

時間外予約 080-2797-4551

七城温泉ドームから熊本市方面へ 300M

(県道37号線沿い)

* 大きな布看板と赤い車が目印です。

