

森の保健室 ヒュッゲ



不登校^{など} 学校をお休みしている子どもたちと

保護者さんのための居場所

人はときに、心に穴が開いてしまったかのような、どんな力も湧いてこないようなときを過ごすことがあります。当たり前と思っていた日常が辛くなってしまったり、自分のことを大切に思えなくなってしまったりすることもあるかもしれません。

高熱の時には休む必要があるように、そのような「いっばいいいばいだよ」というサインがでた時には、少し休息することも大切です。

ここは、学校を休んでいる子どもたちや心に痛みを感じている子どもたち、そしてその保護者の方々にとって、安心して来ることができる場所でありたいと思っています。そして、頑張ってきた心と体を休め、自分らしさや元気を取り戻していける場所になればと願っています。

ここでの過ごし方は自由です。何もせず静かに自然を感じてみたり、心の向くことをしたり、好きな勉強をしたり、愚痴を言ったり、おしゃべりしたり…。

デンマーク語の“HYGEE”（ヒュッゲ）とは世界一幸福ともいわれるデンマークの人々がとても大切にしている、時間の過ごし方や心の持ち方を表す言葉です。日本語でぴったりくる言葉を探すのは難しいのですが、ほっとくつろげる心地よい時間、またはそんな時間を作り出すことによって生まれる幸福感などのこと。のんびりした現川の空気を感じつつ過ごす中で、また、ここで巡り合うものや人との出会いによって、少しずつヒュッゲが増えていくことを願っています。

場 所： **うつつ川・森のぶんこう**

長崎市現川町 1912（JR 現川駅より徒歩 2 分）

日 時： **毎週月曜日** ※学校休業日を除く

10：30～15：00 お好きな時間にお越しください。

主な対象： **学校をお休みしている児童・生徒さんやそのご家族**

参 加 費： **一家族 100円** ※衛生管理等のため

連 絡 先： **うつつ川・森のぶんこう** 090-7414-6730

ヒュッゲ担当：小柳

※開催の有無、イベント情報は「森の保健室ヒュッゲ」ホームページをご覧ください。