

# みどりの寺子屋通信 241号 2023.3.6



SCHOOLHOUSE  
**MidorinoTerakoya**  
http://www.midorinoterakoya.com

070-5086-6088 (みどりの寺子屋)  
070-6562-6088 (緑川)

**みどりがわより** ~ 私たちは必ずそれ相応の犠牲を払うことになりませう~



みどりがわ 花粉症です。スギとヒノキの反応値は最大。その他、ハンノキ、シラカンバ、ハウスダスト、イヌ、ネコ、ダニ、ガ、ゴキブリ、カニなど、多くにアレルギーを持っています。

ですが、薬だけでなく、生活リズムを整え、食事内容に配慮し、睡眠の質を高める工夫をする、などして症状をかなり抑えています。以前、花粉ピーク時はマスクの下で両方の鼻の穴にティッシュペーパーを詰め込んでいました。それが生活習慣を見直すことで症状が劇的に改善したのです。

根本的に治す治療法があるのを知っていますか？舌下免疫療法です。アレルギーの原因物質(アレルゲン)を少しずつ体内に吸収させることで、アレルギー反応を弱めていく治療法です。現在はスギとダニのアレルギー症状にのみ有効だそうです。ですが、治療期間は3~5年もかかります…。

人間の身体の仕組みを考えれば、薬ひとつで上手くいくはずがありません。まずは人間のもつ力を最大限に発揮できるように身体を整えることです。時間と労力が必要。どんな困難も「あきらめず、工夫して、改善する努力をする」ことによって前進することが「生きる」ということです。そのために必要な力や資質を磨き続けることが「学習」です。勉強もスポーツも人生もすべて同じです。欲望に負け、一つのことだけで簡単にどうにかしよう、楽をしよう、と考えることは間違いなのです。

## おていひょう 予定表

※ご自宅にお伺いして個別学習する『出張寺子屋』、営業時間外の個別対応をやっていきます。現在9名。生徒さんそれぞれの成長に合わせ、形にとらわれず可能な限りご要望にお応えできるよう努力します。



3月6日(月)現在の各時間の人数はホームページ【メンバー用ページ】をご確認ください。

※お月謝は年間44回レッスンを12カ月で割って毎月いただいています。月によってレッスン日が5回の月もありますし、少ないときは3回の月もありますが、毎月の金額は変わりません。金銭管理練習、約束を守る練習、ご協力よろしくお願ひいたします。

月	火	水	木★	金	土	日
3/6 春期予約開始	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21 お月謝締切日	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31	4/1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16

※ ピンク色は通常レッスン日。グレーは通常営業お休み。★木曜日は富樫先生と相談可能(木曜日以外も相談可)。

※春期学習教室、テスト対策予定日です。詳細、予約状況はホームページ(メンバー用ページ)で確認してください。

メンバー用ページ



みどりの寺子屋ホームページ <http://www.midorinoterakoya.com>