

# パートナリー委員会ニュース

毎日のお仕事お疲れ様です。みなさん、日々忙しいですが、自分を大事にできていますか。自分を大事にすることって自分自身はもちろん、その周りの人にとっても大切なことなのです。忙しい日々、自分を大事するきっかけにしていいただければと思います。

委員  
24.3.22  
長

## あなたは 誰かにお願いをすること 得意ですか？それとも 苦手ですか？

忙しい日々の中、仕事や家庭で「誰か助けて～」と叫びたくなるようなこと、ありませんか？

そんな時、職場の人や家族に助けを求めたり、頼ったりできていますか？

素直にお願いできる人もいれば、一人で抱え込む人もいます。両者の違いは何なのでしょう。

違いは「**人からの愛を受け取れるタイプかどうか**」だと思うのです

誰かにお願いすることが得意な人は**愛を受け取りやすいタイプ**  
反対に、お願いするのが苦手な人は**愛を受け取りにくいタイプ**



誰かにお願いをすること = **人からの愛を受け取ること**

誰かのお願いを聞くこと = **人へ愛を贈ること**

**人のお願いを聞くばかり(愛を贈ってばかり)だと枯渇するし、  
人にお願いをするばかり(愛を受け取ってばかり)も自分勝手  
と言われたりする、どちらかに偏るのではなく、バランスが大事！**

### 愛を受け取るのが苦手な私 と 愛を受け取るのが得意な夫

あれもこれもと引き受けて(家庭では自然と私の仕事になっていること多々あり...)、結果消化しきれず、抱えられなくなる。そして、人に迷惑を掛けることになる。これ、私です(笑)愛を贈るのは得意なのに、受け取るのは苦手。一方、人にやってもらうのが得意な夫。愛を受け取ることに長けています。今までは、家のことに対して、**何で私ばかり(怒)**と思っていたことも、こう考えると、**私だって負けてられへん!**と夫にお願いごとをして、贈り過ぎている愛を返してもらい、怒りも収まるのです。よかったら試してみてください♡

発行責任者: 安達  
編集責任者: 甲村  
☎ 0256-68-6810



アーランドグループ労働組合は  
かわいたかのり&田村まみを応援します