

このハートフル通信は、広島県共同募
金会・社会課題解決プロジェクトの
募金により編集・発行しています。



2020年11月1日発行

NPO 日本タッチ・コミュニケーション協会

広報委員会編集 梅村寿美江・相原真由美



Smile 写真館

予告！令和3年も共同募金事業を行います！
ご支援、ご協力をよろしくお願い申し上げます！！

1. あんしんの場（理事長 宇治木敏子）
2. 予告！令和3年度 心と体の健康大学
3. タッチ♥ハートフル♥コラム（川合由美子氏）
4. 令和2年11月以降 心と体の健康大学
5. タッチ指導者養成講座 開催報告♪
6. はるくんママのおうちでレポート
7. 協力団体様のご紹介



あんしんの場

理事長 宇治木敏子



秋も深まって参りました。皆さま、お元気でお過ごしですか。こんにちは、宇治木敏子です。

先日、秋晴れの空の下、郊外の道の駅に立ち寄りました。青々とした葉っぱをつけた大根や栗を買って帰り、さっそく大根をおでんに煮込み、栗ご飯を作り、味覚の秋を満喫しました。



さて、今年も皆さまのお陰で、赤い羽根共同募金社会課題解決プロジェクトにエントリーすることができました。そこで、毎年恒例となっております翌年1月からの募金期間を前に、先行募金のお願いをさせていただきたいと存じます。コロナ禍の中であってもタッチのふれ愛活動は社会に貢献しています。どうぞご協力のほど、よろしくお願い申し上げます。

当法人は、全ての方々、とりわけ将来を担う子どもの心と体の健康増進を目的に2003年に法人化いたしました。タッチ・コミュニケーション®とは、真心で人と人が繋がるふれ愛術のことです。2000年から研究を始め、日本で初めてベビーマッサージの母子へのストレス軽減効果を産婦人科医師らと共に学会で発表し、これまでタッチ・コミュニケーションに参加した親子は延べ3万組を超えます。親子のタッチ・コミュニケーションセミナーは、



言葉にできない赤ちゃんの気持ちをくみ取るベビーカウンセリングの手法を実践講義しています。コロナの影響で、産婦人科での育児支援活動は休止しておりますが、おりづるタワー10階エソール広島にて、コロナ対策を取りながら月2回セミナーを開催しています。

人のコミュニケーション能力の基盤は乳幼児期に育まれます。まさに、乳幼児期のタッチ・コミュニケーションは自己肯定感の高い、心の折れにくい次世代を育てていくことが期待できるのです。



また、乳幼児へのタッチ・コミュニケーションは、施術する側の「母親のストレス軽減効果」も検証されています。

ですから、タッチの普及活動は、育児疲労、育児不安を起因として起こる乳幼児虐待を防止（予防）する社会貢献活動となるのです。

さらに現在、特に力を入れているのが折れない心を育てる「レジリエンス（逆境力）教育」です。著名な発達心理学者 田島信元氏を学長とし、各界の専門家を招致して「心と体の健康大学」年間10回を開講しています。

新たな時代に対応できる人間力『ジェネリックスキル（協調的問題解決能力）』を高める生涯学習の学び場として本大学をぜひご活用ください。

裏面に先行募金による来年度の会員募集を紹介しておりますので、ご高覧いただきますよう重ねてお願い申し上げます。



特定非営利活動法人日本タッチ・コミュニケーション協会

〒730-0051 広島市中区大手町一丁目5番3号 広島県民文化センター6階1号室

TEL 070-1876-5349

FAX 082-245-2315（県民文化センター）

Email : npojatc@msn.com

タッチ・コミュニケーション

検索

※総合受付※



予告

令和3年 1月～3月 赤い羽根共同募金事業
目標130万円！募金活動開催決定！



令和3年度
会員募集！

～人間力を養う～

月に一度は
心の栄養補給を！

心と体の健康大学



6/12(土) 宇治木敏子
タッチ・コミュニケーション
『心のふれ愛でメンタル強化』



11/25(木) 飯田國彦氏
交流分析(TA)を活用した
『心の問題解決へのアプローチ』



7/29(木) 井手口ヤヨイ氏
はなす・きく
～伝え方・受け止め方～



12/11(土) 田島信元氏
21世紀の社会で求められる能力
『ジェネリックスキルとは』(仮題)



8/21(土) 山内宥蔵氏
タッチ楽健法講座
『医者に頼らず生きる術』



1/未定 宇田成徳氏
発明博士に学ぶ
『幸せにしかねないお話』



9/16(木) 森田俊一氏
産婦人科&整形外科の
『医師が教える優しいヨーガ』



2/19(土) 川合由美子氏
人材研修のエキスパートの実践講座
『思考を鍛えるトレーニング』



10/14(木) 棚多里美氏
心の進化を促す！
『心のバイヤスに気づく実践』



3/12(土) 宇治木敏子
ストレスケア実践！
『Ayurveda ハンドマッサージ』



※ 講師、日程、プログラム等、変更することがあります。ご了承ください。

★☆☆当法人の活動理念に賛同し、ご支援・ご協力頂いている企業・団体様をご紹介します☆☆☆☆

成人振袖レンタル

2022年 2023年 好評受付中!



フォセットの
振袖
WEBカタログ
はこちら!!



前撮り撮影 式当日のフルセットレンタル お支度 プリントが買える5,000point付

▶ 全部揃って45,000円(+税)～!!

とっておきのハタチに!!
運命の一枚に出会える!

フレンチの概念を覆す
体にやさしく 心もよるごぶ ニース料理



ニース料理 リュニベル
L'UNIVERS

住所：広島市中区東白島町 7-3
HP：https://広島フレンチ.com
Instagram：@hiroshima_french_univers

★ リュニベル ★

【OPEN】
ランチ 12:00
ディナー18:00/20:00

【定休日】
月曜・火曜

【完全予約制】
TEL:082-576-7239

LINEで
『ご予約』
承ります♪



タッチ♥ハートフル♥コラム

新型コロナ感染症蔓延下の今こそ求められる ジェネリック・スキル



川合 由美子



最近、ジェネリック・スキルという言葉聞く機会が増えました。ジェネリック・スキルとは、1990年代から注目されてきた「社会で求められる汎用的な能力・態度・思考」のことで、21世紀に求められる人材像に必要なとされる能力です。コア・コンピテンシー、雇用可能性など、様々な呼び方をされ、基本となる能力にも幅がありますが、その内容はある程度共通しています。

新型コロナ感染症で、世界で大きな環境変化が起こり、これまでの常識が通用しない状況になりました。環境変化に心身がついていかず、先行きの不安からメンタル不調が増えたり、マスク警察や医療者への排斥など、二次的な社会問題も起きています。このような感染症の世界的な流行による社会・経済・対人環境の変化の中にあっても、仕事や働き方が変わっても、どんな状況でも活用できるスキルがジェネリック・スキルです。



それには、大きく分けて二分類あり、①「知識を活用した問題解決力(リテラシー)」と②「相手や自分を取り巻く世界との関係構築力(コンピテンシー)」です。

初めての未知の危機に出会うと、人は不安や恐怖から自閉的になったり、他者攻撃的になりやすくなります。ネットによる攻撃もその一例でしょう。そういうとき、冷静に新型コロナで今分っている情報を集め、できるだけ感染予防策を取ること、また、万一感染した場合はどうするのか、関係機関や対処法を知って準備しておくこと等は「問題解決力」の発揮といえます。

もう一つ、「関係構築力」は広い意味でのコミュニケーション力と言い換えることができます。その中身は、人間同士親しく協力したり、リーダーシップを取ったりする「対人基礎力」、平常心で自信を持ち、行動を続けられる「対自己基礎力」、すべきことを自ら発見し、計画立てて実行する「対課題基礎力」の3つです。



新型コロナが広がる中、ソーシャルディスタンスを取り、不急不要の外出は自粛されるようになりました。人は他者と交流することでパワー(ストローク)を得ていますが、これまで当たり前だった日常の交流がなくなり、その供給ができなくなりました。ではどうするのか？電話やメール、オンライン会話の活用が活発になってきました。YouTube等を活用した発信も増えました。距離を取って少人数の短時間の集まりなら危険性が少ないことも分ってきました。それを活用することで、これまでとは形は違いますが、対人関係を構築し、共同して物事に対処することができるようになります。ジェネリック・スキルの要素は誰でも持ち合わせています。それを意識して活用していくことで、頼りになるスキルに磨いていきましょう。新型コロナウイルス感染症は社会に大きな打撃を与えましたが、それに負けることなく新しい道を構築していく人間の力こそ、ジェネリック・スキルです。



令和2年度 心と体の健康大学



お申込みを
お待ちしております！

11/26
(木)
飯田先生

12/12
(土)
宇治木先生

1/9
(土)
宇田先生

2/25
(木)
川合先生

3/20
(土)
田島先生



☆☆企業・団体様をご紹介させていただきます☆☆

創業明治29年 印章総合専門店

横田印房

本店：〒730-0016 広島市中区鞆町11番4号
Tel.082-221-0320
福屋店：〒730-8548 広島市中区胡町6番26号
福屋八丁堀本店 6F Tel.082-246-6381

おうちでレポート！

『手作りピザ』



今月は、我が家のおすすめレシピをご紹介♪ 自粛生活の中で家族で作るようになったピザ！自由に外出できるようになった今でも、お休みの日や子どものお友達が来た時には、楽しくおいしく作っています♪ピザ生地をこねるのは、我が家では力の強いパパのお仕事です。

強力粉 250g
ドライイースト 3g
塩 1つまみ
砂糖 小さじ1
サラダ油 大さじ2/3
ぬるま湯 100ml 程度



上記の材料をボールに入れてこねます。30分ぐらい常温で置いた後、生地を伸ばして、あとはピザソースと好きな具材をトッピングしてください♪チーズとはちみつのおやつピザもgoodです！（はるくんママ）



子どもは社会の宝!



～広島県共同募金会・赤い羽根共同募金・社会課題解決プロジェクト～

当法人の社会貢献事業は、タッチの募金活動にご協力頂いた皆さまのお志で運営されています。

例: 託児料が減免となります。(定員枠あり)



開催のご報告♪

タッチ・コミュニケーション® ベーシック講座



岡山で初! 助産師対象も初! 認定指導者としてベーシック講座を企画したものの、申込は0、誰も興味ないかも…と後ろ向きな気持ちに入りましたが、宇治木理事長や川合由美子先生、スタッフの皆さんにもエネルギーをいただきながら準備をすすめました。嬉しいことに申し込みがあり、その方が友人を誘われて、助産師4名の方が受講されました!(^)!

2日間での講義は理念や、心理学、カウンセリングマインド、アーユルヴェーダ、実践ではハンドマッサージにしっかり時間をとりました。そしてベビーマッサージも人形を使って(コロナ対策で実際の赤ちゃんたちは集まらず)学びました。2か月間で自ら考え、気づいたからか2日目の顔が違う! というのが2日目の朝、受講者を迎えたときの私の第一印象です。

ある受講生は、「子育てに不安が強い自分に対し、子どもへの声のかけ方や、関わり方を、タッチ・コミュニケーションを通して自信につながっていると感じるようになった。職場でもスタッフに対してのストロークが変わった」という感想を書かれていました。その方は最後に「タッチ・コミュニケーションを自分の一部にしていきたい」と言葉にされています。

このタッチの視点を持った方々で産前産後ケアや子育て支援ができると社会は絶対もっともっと良くなると思います。目に見えない心を大切にすることをしっかりお伝えしていきたい。そしてママが弱音を吐けるように、孤立しないように社会全体で支えていきたいですね。

確かに育児は育自だけど、頑張っている心にさらにスパルタしないでいいんだよってきちんと伝えてあげたい。子育てより「子育て支援」の方が心地よい響きだな、と最近特に思います。

さて10月からはフォローアップです。5日間かけて、もっとタッチ・コミュニケーション®を深めます。そして『タッチ・ベビーセラピスト』認定に向けて、私も楽しく頑張ります。

タッチ・コミュニケーション®
認定指導者



和田亜衣子



講座・イベント情報、セミナー風景は、タッチのHPでご覧ください!
タッチのHPは『タッチ・コミュニケーション』で **検索** して下さいね。



facebook

宇治木敏子で **検索** 下さい。



★☆☆当法人の活動理念に賛同し、ご支援・ご協力頂いている企業・団体様をご紹介します☆☆☆☆

モラルと法律と愛情
楠典子税理士事務所
〒737-0051 広島県呉市中央2丁目3-30竹下ビル3F-302号
TEL 0823-32-0053 FAX 0823-32-0054
www.kusunoki-tax.com

小田動物病院

診察時間	月	火	水	木	金	土
9:00-12:00	●	●	●	●	●	●
15:00-18:30	●	●	●	●	●	※

※ 土曜日 17:30 まで
日曜・祝日は予約診療 ★前日までにご連絡ください

TEL: 082-843-3316
〒739-1734 広島市安佐北区口田 1-13-18