



2018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・石田理恵子

翌年、1月からの共同募金事業に先駆け
ご支援、ご協力をよろしくお願ひ申し上げます

1. あんしんの場（理事長 宇治木敏子）
2. 平成31年度のプレミアム講演会
3. タッチ♥ハートフル♥コラム（パティル・シーマ氏）
4. 11月のプレミアム講演会
5. 最強ウーマズサポート
6. はるくんママのおでかけレポート
7. 協力団体のご紹介



あしんの場

理事長 宇治木敏子

秋も深まり、紅葉の美しい季節となって参りました。今年も残すとこ
ろ後2ヶ月ですね。皆さま、いかがお過ごしでしょうか。

ハートフル VOL.23 をお届けいたします。

今年の夏は、西日本豪雨災害を始め、関西を襲った台風、北海道
の地震災害など、次々と大変な出来事が続きました。

当法人が長年、地域貢献として開催しております安芸区矢野公民
館や海田町児童館での親子のタッチ・コミュニケーション講座も一
時休講となりました。呉市内で25年の実績あるヨーガ教室は3ヶ
月間休講後、10月1日に再開。しかし、呉ポートピアの教室は、再
開の見通しがたっていません。各地で災害の爪痕は深く残ってお
ります。被災された方々が一日も早く平穏無事な生活にもどれま
す様、心からお祈り申し上げます。

そのような中、当法人も被災地の方々に向けて

元気づけをさせて頂けることとなりました。

12月から4ヶ月間、災害ストレスケアと心身の元気づけを目的に
「グループ・カウンセリング」を矢野、海田町、坂町、そして呉市の4
地域で予定しています。本事業は、心の災害復興支援として支援
金によって開催されますので、参加費無料、必要な方には託児も
無料です。上記の地域、またその周辺の方は是非ご参加下さい。

次に、当法人にとって来年度の運営資金の確保として重要な広
島県共同募金会事業ですが、今年度もエントリーさせて頂ける
こととなりました。

本事業は、広島県共同募金会が県内で社会課題を解決する取
り組みを行っている団体を選びすぐって、その団体の募金口座を
開設し、募金活動を推進するという取り組みです。エントリー団
体は目標額を掲げ、1月元旦～3月末まで募金活動を展開し、
その募金額に応じての補助金が得られるのです。

お陰様で、今年も私たちはその一団体として選ばれました。その
目標額は、180万円！達成できるのか？！正直、不安もあります
が、こんな時こそ、レジリエンス！ですね。自分と周りを信頼し
て、必ずよくなると信じて一歩踏み出すパワーを発揮して、スタッ
フと共に、乗り越えていきたいと思ひます。

実際、この募金事業で多くの新しい出会いがあり、またこの募金
事業を7年達成してきたからこそ、周囲の方々から信頼のおけ
る団体と認めて頂けるようになりました。

そして、何より募金活動を通して、子どもたちを取り巻く社会課
題やタッチの活動など、広く多くの方に理解していただける良い
機会となり、活動の輪が更に広がってきました。

皆さまには、またご支援のお願いをさせていただくことが多々あ
ると思ひますが、どうぞご理解とご協力

の程、よろしくお願ひいたします。

今年も11月から先行募金の受け付けを

始めました。皆様の温かいご支援、

ご協力を重ねてお願ひ申し上げます。



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

TEL090-1331-6869

FAX082-245-2315(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※



H31年 1月～3月 赤い羽根共同募金事業
目標 180 万円！ 募金活動開催決定！

平成 31 年度 女性の活躍推進をサポートする生涯学習
タッチ・プレミアム講演会
 H31年度プレミアム会員を募集中！

月に一度は
心の栄養補給を！

先行募金
ご協力をお願いいたします！

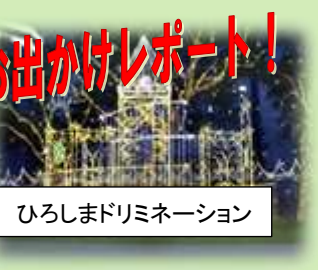

*10,000 円の先行募金 ⇒ ゴールド会員 (全 11 回分) 贈呈！
 *5,000 円の先行募金 ⇒ ブルー会員 (全 3 回分) 贈呈！

 4/20(土) 宇治木敏子氏 簡単！メンタルトレーニング 『成りたい自分になる方法』	 9月(未定) 川合由美子氏 キャリア支援のプロが伝授 『職場でも家庭でも直ぐに役立つ交流法』	 1月(未定) 宇田成徳氏 発明博士に学ぶ 『病気になるりたくてもなれない話』
 6/21(金) 森田俊一氏 医師 森田俊一先生の 『女性のための優しいヨーガ』	 10/17(木) 飯田國彦氏 ワークショップで心のメンテナンス 『やさしい交流分析』	 2月(未定) 棚多里美氏 すぐに役立つ 『アンガーマネジメント』
 7/26(金) 井手ロヨイ氏 大人も子どもも伝え上手に！ 『気持ちを伝えるプレゼン法』	 11月(未定) 『アーユルヴェーダ (生命の科学)』 パティル・シーマ氏	 3月(未定) 川上由美氏 『ライフとワーク・バランス』 ～100才人生：今をハッピー～
 8/24(土) 山内宥蔵氏 山内和尚直伝！誰でもできる 『お互いに踏み合う・楽健法』	 12/14(土) 宇治木敏子氏 ストレスを有効活用！能力UP！ 『実践ストレスケア』	※天候など、止むを得ない事情により、 講師、日程、プログラム等に変更が生じ 場合があります。ご了承ください。

お出かけレポート！

ひろしまドリミネーション

広島冬の風物詩といえば、「ひろしまドリミネーション」ですね。県内のイルミネーションランキングは2位だそうです。(ちなみに1位は、国営備北丘陵公園) 今年は、11月17日(土)から年明け1月3日(木)まで。毎日夜の10時半までですが、我が家はいつも19時ごろ行っています。4歳の息子もイルミネーションが大好きで、広島市内で準備が始まると、「きらきら見に行きたい～いつ行くの～？」とせかされます。備北丘陵公園やみろくの里では花火も楽しめますので、こちらもおすすめです♪ (はるくんママ)

★☆☆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☆☆☆☆

振袖衣裳レンタル
 2019年 2020年 好評受付中！
 晴れの日の可愛いハタチを
 フォセットが完全サポート！
 式当日振袖レンタルプラン
 前撮りも付いて **48,600円** 別途お着払い代5,132円～



あなたの大切な思い出のジュエリーを
Re:Birth (生まれ変わり)させませんか？

リフォームって高いのでは？
 という心配も無用です！
 一環として婚約指輪を
 プラチナダイヤメッシュに
 リフォームする場合は、
 ネットレスストーンも合わせて
 37,000円(税込)～です。

Before After

創業70年、累計15,000件以上のリフォーム・リペア実績！お見積りは無料です！
KOUKI 倉迫
 Since 1946
 広島市中区十日市町1-3-38
 ☎ (082) 231-4951
<http://www.kouki-kurasaka.com>
 営業時間/AM10:00～PM7:00(日祝はPM6:00まで) 定休日/木曜日
 十日市 電停 目の前





タッチ♥ハートフル♥コラム



～パティル・シーマさんのプレミアム講演会にあたり～

宇治木 敏子

皆さま、いよいよ 11 月 23 日(勤労感謝の日)タッチ・プレミアム講演会のために、遠くインドからシーマさんが来広されます。昨年度は、悪天候による飛行機の欠航で、来日できませんでしたので、今年は早めの飛行機を予約されたそうです。私もシーマさんとの再会を楽しみにしています。

ところで、私とシーマさんの出会いは、インドに向う飛行機、カレーの匂い満載のインディアン航空機に乗り合わせた、今から 23 年前に遡ります。私は本場インドでのヨーガ研修の為に、そしてシーマさんはインドへの里帰り、幼い 2 人の娘さんを連れておられました。

その後、帰国してからは、私はアーユルヴェーダのセラピストとして、またシーマさんはセラピーで使うハーブの研究者、兼輸入業者として、お付き合いが始まりました。

元々私は、インドのアーユルヴェーダ研修で使ったタイラ(ドクターが処方する薬草のマッサージオイル)を入手したかったのですが、シーマさんか

ら、もっといいものがある！と、見せられたのがヘナでした。当時、日本でヘナを知っている人は殆どいませんでしたし、加えて、私は白髪もなく、髪の毛のトラブルも感じていなかったもので、頭皮や白髪に良いと聞いても、最初はよく分かりませんでした。

しかし、女性ホルモンを高めるなどの薬草としてのヘナの効能などの説明を受け、半信半疑で使ってみました。その一度の体験で、私はヘナのセラピー効果を直感しました。

その後、シーマさんの自宅で「あたまから元気」の編集をしていた時「植物としてのヘナの意思で、髪の毛のキューティクルの中に入り込む」という話を聞き、私は腑に落ちました。

それからすぐに、ヨーガ教室などで、多くの方にヘナを紹介しました。当時 60 歳代だった方も、あれから 20 年以上経ち、現在 80 歳を過ぎても、今なお素晴らしい髪の毛の艶と質量です。もちろん毛染めは全く必要ありません。

とにかく、まずは体験されることをお勧めします。当日の午後からはペアでヘナの実践を行います。とても気持ちいいですよ。ただ、会場で洗い流せないで、お帰りの時は帽子を着用下さいね。(準備物はご予約後にご連絡します)



ヘナ美容家・アーユルヴェーダ教師



パティル・シーマ

28 年前、日本に来て初めて、頭皮が弱く通常の毛染めができないという方に「ヘナ」でトリートメントをしてあげて、その時にとても喜ばれたのが始まりでした。

2000 年「あたまから元気」では、自分でできるヘナトリートメントやアーユルヴェーダに基づいたスキンケア、家庭療法などを紹介しました。

また、髪の毛のダメージは身体の問題の現れと捉え、食習慣や運動、生活リズムなどの改善についても記しました。そのような「アーユルヴェーダ」の考え方と、そして「ヘナ」はその手段の一つである、と伝えたこの本は、日本の方々には驚く程の反響がありました。

現在はインドに居住を置き、商品企画、現地の管理、技術者の養成や執筆活動に取り組んでいます。髪は女性の命、しなやかで美しい髪は好印象を与えます。ヘナやアーユルヴェーダを通しての社会貢献を目指し、活躍しています。

この度は、宇治木さんのお蔭で、広島の方々に会いできる機会を頂き、とても楽しみにしています。

11月のプレミアム講演会

体の中から美しくなる ～アーユルヴェーダ(生命の科学)～

講師 パティル・シーマ 氏 11/23 (祝)

会場 南区民文化センター

時間 第1部 10:00～12:00
アンチエイジングの考え方
第2部 13:00～16:00
ヘッドヒーリング体験

参加費 プレミアム会員：無料(要材料費)
一般 5,000円(要材料費)

★☆☆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☆☆☆☆

夢ある暮らし、お届けします。

LP ガス・ガス器具・配管工事*増改築(台所・浴室・洗面所)

有限会社 共栄商事

〒731-5136 広島市佐伯区楽々園4丁目 1-14
TEL(082)921-2155 FAX(082)923-1011



ゆめタウン広島店

おかげさまでオープン

10周年

を迎えました!!



～創業 106 周年の老舗呉服店～

広島市南区皆実町 2-8-17 ゆめタウン広島 3F
TEL : 082-250-3739 営業時間 : 10:00～21:00



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～

本事業は、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)

～職場復帰前に、また復帰後に気になる課題を解決しましょう！～

女性による

★女性活躍応援★

女性のための

3/9
(土)

課題①子どものことが心配

課題②子育てと仕事の両立は？

課題③夫との協力体制は？

最強ウーマンズサポート



キャリア
川合 由美子

4人の女性講師が
女性が生き生きと活躍できる様に
それぞれの専門分野から
最強サポートします！！



アンガーマネジメント
棚多 里美

2/2
(土)

12/15
4/20
(土)

メンタルケア
宇治木 敏子



1/19
(土)



コミュニケーション
#手口 ヤヨイ

先行募金企画

詳しくはチラシをご覧ください。

働く女性の味方！最強ウーマンズサポートで
気持ちスッキリ、スタートしましょう！
再就職を検討中の方も、是非受講してみてください。
きっと新たな希望が湧いてきますよ！



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



facebook
宇治木敏子で 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☆☆☆☆



RAKU DO

<http://rakudo.co.jp/>



広島袋町店 TEL : 082-249-5930 24 時間 WEB 予約可
営業時間 : 11:00～19:30 ※最終受付 19:00 定休日 : 火曜日

一級彫刻技能士・日展入選 横田 泰行 謹刻

印章・印刷

横田印房

〒730-0016 広島市中区鞆町11-4
PHONE 221-0320(代)
(082)
<http://www.yokota.co.jp>

楠典子



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