

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。



2018年 5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



★感謝★募金金額1,987,176円

ご支援、ご協力、ありがとうございました!

1. あんしんの場 (理事長 宇治木敏子)
2. 5月27日(日) 総会記念講演会のご案内
3. タッチ・コミュニケーション@産休・育休プログラム発信!
4. タッチ♥ハートフル♥コラム(森田俊一氏)
5. 6月16日(土) プレミアム講演会のご案内
6. はるくんママのおでかけレポート
7. 平成30年度 タッチ・サロンのご案内
8. 協力団体のご紹介



あんしんの場

理事長 宇治木敏子

皆さま、こんにちは。新年度初のハートフルをお届けいたします。まずは、皆さまにうれしいご報告です。共同募金会事業が3月31日に終了いたしました。その結果は募金件数 207 件、総額 1,987,176 円! 180 万円の目標額達成! することができました。皆さまのご支援、ご協力、心より感謝申し上げます。

社会課題解決を目的に、非営利で「運営資金をどう捻出するか」という難題は、いつも理事長としての私の頭の片隅にあります。時には心にとても重く感じられることもあります。

しかし、7年前から本募金事業にエントリーし、募金用紙を片手に、私たちの活動の大切さを色々な方にお話する機会が得られる

ようになり、そのストレスはかなり緩和しました。今では、公共やその周辺からも、必ず目標額を達成する団体として認知され、タッチの輪は、ゆっくりと着実に広がってきています。



また、「タッチのお蔭で助かった」「タッチの場が無かったら、今頃私たち親子どうなっていたかわかりません」など、時々いただく参加者からの有難いお言葉、そしてタッチが終わった後の子ども達の安らかな表情は、スタッフのエネルギー源となっております。正に、私たちが活動の意義を感じる瞬間でもあります。そして、何より講師としての宇治木敏子の時間は、私自身がこの活動の原点に立ち戻る大切な時間であり、最も心安らぐ時なのです。さらに、久しぶりに参加された方から、お子様が成長された様子を伺うこともあり、それも楽しみの中のひとつです。

5月は年に一度の定期総会、併せて講演会を開催いたします。皆さまのご参加を心よりお待ちしております。

★総会記念講演会★

日時: **5/27 (日) 13時~16時**

★基調講演

場所: 合人社ウェンディひと・まちプラザ

行政、学校でも活用されている

『アンガーマネジメント』

~怒りのマネジメントってなあに?~

★交流体験

『レジリエンス・カフェ』

~自他ともに信頼し、本音で交流体験~

全国で活躍中の理事や講師がファシリテートします。



アンガーマネジメント叱咤指導トレーナー
高知から **山崎 真理氏**
アンガーマネジメントの
スペシャリスト山崎先生を
お迎えします。



川合由美子氏



飯田國彦氏
他



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

〒730-0043 広島市中区富士見町 11-6 エソール広島 926 号

TEL090-1331-6869 FAX082-240-5374(エソール広島)

Email: npojatc@msn.com

タッチ・コミュニケーション

検索

※総合受付※





タッチ・コミュニケーション® 産休・育休プログラム発信!

produced by 宇治木 敏子

昨今、女性の活躍推進がますます求められる社会背景の中、産休・育休の就労規定通り、その期間全てを活用できないで、職場復帰される方が増えています。その理由を聞いてみると、0歳児のうちに保育園に入園しなくては、1歳からでは入園が難しくなるなどの『保活』の問題がありました。

特に都市圏では、『保活の激戦』などという大変な状況が報道されています。これは個人の問題ではなく、社会課題です。

ところでこの問題、親が困っている社会課題のようですが、実は見逃してはならないのが子どもの心のケアです。

胎児の時から心を持って生まれてくる赤ちゃんたち、生後間もない時からその心は驚く速さで発達していきます。乳幼児の心の栄養補給は、何より「スキンシップ」です。

乳幼児期は、肌の触れ合いを通して、自尊感情・自己効力感という、大切な『自己肯定感』の基盤が築かれます。それは私たち大人が考えているよりも、もっと早い時期から、その時々感じた

体験をそのまま心にファイリングし、その体験を基に思考・感情・行動のパターン化を図るといわれています。つまり、三つ子の魂百までも・・・と昔からいわれてきた様にとても大切な時期なのです。

だからこそ、私たちは育休の限られた時間を、もっと安心してゆっくりと子どもと向き合えるよう支援したい！と考えました。

そして、これは個人的な問題ではなく、現代の社会課題の一つであり、NPO 法人がミッションとして取り組むべき課題です。

そこで、平成30年度より、新企画として『タッチ・コミュニケーション® 産休・育休プログラム』をスタートいたします。産前・産後の心身を整え、そして子どもの心と向き合うという大切な時間を5つのステップとカウンセリングで途切れなくサポートします！

親子の絆を育むお手伝いをさせていただくことで、親にも子にも、もっと優しい社会づくりを！これが私たちタッチ・コミュニケーション協会の願いです。



タッチ・コミュニケーション® 産休・育休プログラム

～親と子の絆づくりとメンタルサポート～

NPO日本タッチ・コミュニケーション協会では、それぞれのステップに応じた講座を開催し、産前・産後のママパパ、そして赤ちゃんを応援し続けています！



ステップ 1
Enjoy
マタニティライフ
・リラクゼーション
・グループワーク

ステップ 2
Enjoy
マタニティライフ
・出産への心構え
・心身のケア



ステップ 3
Happy
育児セミナー
・ベビーマッサージ
・心身のケア
・発達心理学
全3回

ステップ 4
Happy
育児セミナー
・パパもOK!
一緒に遊ぼう!
ベビーカウンセリング

ステップ 5
親も子もHappy

・子育てママのための
キャリアUP講座
・怒りのコントロール
・ヒーリングUPセミナー



メンタルヘルスカウンセリング

NEW

『メンタルヘルスカウンセリング』

金曜日の午後のひと時、お話しに來られませんか？

出産のこと、育児のこと、仕事のこと、家庭のこと・・・

心に内在した気持ちを言葉にすると、すっきりしますよ。

あなたの「今の気持ち」を聴かせてください♪



カウンセラー 宇治木 敏子氏 他

会場 広島市内

日程 原則毎週金曜日

時間 13:30~16:00

料金 ご相談ください。

※ 日時、場所等相談可。

タッチ♥ハートフル♥コラム

子どもへの虐待はなぜ起こるのか

森田 俊一



子どもへの虐待がどうして起こるのでしょうか。

1つは親の内にある満たされなかった欲求を子どもが欲しがったり、手にしていると、子どもの姿に刺激されて、親の怒りが生じます。例えば、親に優しくして欲しかったけれど、とうとう叶わなかった場合、優しさを要求している子どもの姿に、触れたくない過去の気持ち呼び起こされます。また、その時は自分が受けた経験の内ではかたっさに対応できません。したがって自分の親と同じような対応を、時には暴力的な行動を繰り返してしまうのです。しかし、そのこと自体を自覚しているので、虐待する親は自己嫌悪に陥ります。



これが「親失格」の烙印を自分に押し、ますます自分を責め、他人から距離を置くようになるのです。特に精神的な余裕がないときは起こりがちです。

これにはヨーガのなかのヴェーダントの考え方が役立ちます。その考え方には、現在の自分の状況から自分自身を引き離し、客観的に自分を見つめる訓練法があります。

私達は、私＝私の欲求、と考えがちです。そうすると、欲求が満たされないことは耐えられないこととなります。しかし、ヴェーダントは、私は本来、欲求のない純粋な存在であると指摘します。

以前、生まれ変わりを特集した動画を見ましたが、その中にソウルメイトがあると述べていました。特定の人と、立場を変えながら、次々と人生を繰り返すのです。ある時は恋人同士、ある時は親子といった具合に。そこでは年齢も性も変わります。女性に生まれれば、女性としての欲求を持ち、男性として生まれれば、男性としての欲求を持ちます。これは与えられた性に応じて自分の心が制限されるからです。しかし、女性の中にも男性性もあり、それが隠されているのです。

自分の欲求を客観的に見るには、本来、純粋で汚れがない私の心に、欲求が湧いていると捉えられればよいと思います。欲求を異物のように捉えるのです。ハンドバッグが欲しいという欲求が湧いてきたら、それを異物やエイリアンとして感じるようにします。そうすると次第に欲望から距離がとれるようになります。日頃からそういった心の訓練を続けていると、より客観的になれると思います。



6/16
(土)

6月のプレミアム講演会 医師から学ぶ優しいヨーガ

講師

森田 俊一氏

会場

西区民文化センター

時間

10:00~12:00

参加費

一般 3,000円 ※ 託児は、ご相談ください。

産婦人科医でもあり、整形外科医でもある森田先生のお話は、とてもわかりやすく、心に優しく響きます。動きやすい服装で。



お出かけレポート!



安佐動物園

子どものお出かけの定番といえば、『安佐動物公園』! 息子が4歳になった今では、最初から最後まで歩いてくれるようになりましたが、もっと小さいころには、よく園内の電動カート「ラクラクくん」を利用していました。土日祝のみの運行ですが、小

さいお子さん連れのファミリーにはお勧めです! オオウムのいるぴーちくパークの横からピクニック広場までの上り坂をすい〜っと上ることができます。途中の白鳥池(鯉のいるところ)では途中下車できませんので、お気を付け下さい♥ (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☆☆☆☆

おしゃれと視力をやさしくサポート

ミエールメガネ

mielle(仏語) = やさしい

◆(社)日本眼鏡技術者協会会員 ◆認定眼鏡士常駐 ◆眼科処方箋取り扱店

【営業時間】
AM10:00~PM7:00
日曜・祝日PM6:00閉店

広島市中区十日市町1丁目1番14号
082-294-2522【定休日】木曜日

ペットサロン&雑貨

MURPHY

マーフィー

〒738-0015 広島県廿日市市本町 3-32
Tel&Fax 0829-32-0408
e-mail :z1400se.sun.6173@black.megaegg.ne.jp



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)

楽しむ心を育みましょう♪ H30年度 タッチ・サロン

- ◆時間：原則 10:00 ～ 12:00
- ◆会場：竹屋公民館 など 広島市内
- ◆参加費：500円/1回 会員無料
※材料費・教材費は別途
- ◆託児：ご相談ください



6月15日
(金)

あとりえしおんの
テーブルコーディネート

新茶で素敵におもてなし♪

～煎茶の美味しい淹れ方と
テーブルセッティングレッスン～



7月27日
(金)

片桐えみ先生の
親子陶芸教室



★親子参加★

夏休みの宿題に
大好評!!
親子で手こね
陶芸に挑戦
してみませんか?



8月3日
(金)

フロが教える!
パパママのための
撮影講座 by フォセット



お子さまを
あっと驚かかわいさで
未来にのこしちゃおう

★親子参加★



9月以降の
予定



10月4日(木)

そにろきさんの珈琲講習会
& 節子の天然酵母パン教室



11月29日(木)

フラワーアレンジメント
By 多鶴花



12月21日(金)

お正月遊び



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☆☆☆☆

ARANCIA hair

Phone. 082-569-5927

arancia.hair@gmail.com

営業時間 = 9:00 最終受付時間 = 18:00 まで

定休日 = 月曜日 日曜日 = 不定休

address

広島市中区吉島西 1-31-14 〒730-0823

藍染と器のショップ×貸しギャラリー×サロン

藍染とうつわ あとりえしおん

『KOJI OTA Exhibition AIZOME』 藍が奏でる世界

◆ 第一会場：広島県立美術館地下県民ギャラリー
2018年5月22日(火)～27日(日)
9:00～17:00

◆ 第二会場：ぎやらりいSARA
11:30～18:00

同時開催『藍で楽しむ夏の食卓*2018』
～ テーブルコーディネート展示 ～



〒730-0016 広島県広島市中区磯町 2-1 第3旭東ビル 2F
TEL&FAX 082-228-0256 HP・Fb あとりえしおんで検索