

たばこみ通信 2021.3.11

たばやまむらコミュニティサロン

少しずつ活動を始めます！

1都3県の非常事態宣言がまだ解除されていませんが、少しずつコミュニティサロンでの活動を始めます。まずヨガ・ストレッチ・ダンス教室を下記のスケジュールで行います。今回の場所は全てコミュニティサロンです。お間違いのないように。

★3月17日(水)、24日(水) ヨガ・ストレッチ・ダンス教室

両日とも14時～、18時30分～の2回開催となります。

すべての回、定員は6名様限定です。講師は望月美菜子先生、参加希望の方は、コミュニティサロンへお申し込みください。マスク着用でのご参加をお願いします。

★毎週木曜日はコミュニティサロンで談話会

コロナ禍でストレスが溜まっていますか。3月18日と26日の木曜日は社会福祉協議会の元ケアマネジャーの酒井智子さんがサロンにいます。お話に来ませんか。会話をすることは心身のリフレッシュに繋がります。お越しの際はマスク着用をお願いします。



マスク着用で
ご参加ください



★3月20日(土) 11時～ 子育てトークサロンスペシャル

聴覚トレーニング「トマティスメソッド」の専門家で公認心理師の二村典子さんによる、子育てトークサロンスペシャルの三回目。

今回は、子どもの発達や子育ての悩みを気軽に話せる個別相談会を開催予定です。保護者のみ、子どものみ、保護者+子ども、いずれのスタイルもOKです。大人のお悩み相談も受け付けますので、子育て世代以外の方もご参加ください。

参加費は無料、お申し込みはコミュニティサロン・小川晶子まで。

講師：二村典子氏

みみいくトマティス®聴覚トレーニング代表、公認心理師。

国際基督教大学 (ICU) 大学院修士課程、カリフォルニア臨床心理大学院日本校修士課程卒業。

自身のストレスケアの方法を探す中でトマティスメソッドと出会い、聴覚コンサルタントの資格を取得。2006年、NPO トマティス聴覚・心理・発声ケア協会の一員としてトレーニング実践者の道を歩む。臨床心理の背景、身体と心の解放の理論、子育ての経験を生かして、聴覚に様々な悩みを抱える子供たち、その親たち、大人たちに寄り添うトレーニングを提供中。



<http://mimiiku.com/>

コミュニティサロンでは今年度からウエルネス・ラボ化事業を行っています。ウエルネスとは心身の健康、ラボとは実験という意味です。丹波山村コミュニティサロンを有効活用し、心身の健康や自然環境を考えた豊かな暮らし方を皆さんとともに実現させる活動がウエルネス・ラボ化事業です。

コミュニティサロン利用時は、必ずマスク着用をお願いします

たばやまむらコミュニティサロン TEL 0428-88-0010

(一社) 田舎のチカラ 石川庸三 090-3210-3432

一般社団法人 田舎のチカラ