

## 第8・10回ココカラ庵つわぶき

10月8日・11月5日 仏生山交流センター



- ★ヨガで体を整えましょう。
- ★ヨガで生命力をアップしましょう。
- ★ヨガで心を育みましょう。
- ★ヨガで美を育みましょう。

自分は体が硬いので、ヨガを続けて少しでも体を柔らかくしたいと思います



今回はヨガで身体をほぐした後、仏生山の森のオープンガーデンに行ってきました。期間限定で無料開放していました。100年続く自然をテーマにしたガーデンだそうで、宿根草を中心とした草花が楽しめました。心も体もリフレッシュ。素敵な時間を過ごせました。

みんな仲良くよい時間を共有出来た事に感謝です

## 第9・11回ココカラ庵つわぶき

10月25(火)たかせ人権福祉センター・11月22日(火)リハビリテーションセンター

- ひきこもりの意味 (3) 2022、10、25
- 1 オープンダイアログとは  
相手を変えてやろうとするのは対話ではない
  - 2、夢の秘法
  - 3、コンステレーションとは  
ネガティブにみえたものの中に光  
「ひとつひとつの事柄がそれだけではなんの意味も関係もなしていないようであっても、あるとき、それらが一つのまとまりとして全体的な意味を現してくる。あるとき、突然それに気づくことができる」
  - 4、シンクロニシティとは  
全く別々に起こったように見える出来事にも大きな意味でつながっている
  - 5 キャンプ療法



左右のような先生からの話題提供があり、その後90分ぐらいフリートークです。11月は参加された方々に当事者の方の家での様子を話していただき、一緒に食事ができるということで、そのことの大切さを先生からお聞きしました。

- ひきこもりの意味 (4)  
子どもが死を語る時 2022.11.22
- 1、子どもの自殺について
    - (1) 追い詰められる心理  
孤独感 自尊感情の低下強い怒り 動物虐待視野が狭くなる
    - (2) どのような子どもに危険が迫っているのか
  - 2、対応について
    - (1) 気持ちを聴く
    - (2) 安全を確保する
    - (3) ひとりで抱え込まない チームによる対応
    - (4) 関係をつくる そして切らない そばに立つ
  - 3、リストカットについて  
援助を求めてきたこと

皆様のご参加、お待ちしております

お問い合わせは。  
080-9290-6544(平野)  
会場ご注意ください。

## ココカラ庵つわぶき今後の予定

回	月	日	曜	時間	内容	講師	会場
12	12	3	土	14:00~16:00	ヨガ	玉井先生	かがわ総合リハセンター
13	12	13	火	14:00~16:00	グループカウンセリング	松岡先生	たかせ人権福祉センター
14	1	7	土	14:00~16:00	ヨガ	玉井先生	仏生山交流センター
15	1	24	火	14:00~16:00	グループカウンセリング	松岡先生	仏生山交流センター
16	2	4	土	14:00~16:00	ヨガ	玉井先生	仏生山交流センター
17	2	14	火	14:00~16:00	グループカウンセリング	松岡先生	たかせ人権福祉センター