

第28回東大阪プロジェクト

# 縁起でもない話をしよう会

@東大阪

## 愛を育むセルフタッチング

～心身ともに癒され、自分らしさを取り戻す体験～



話題提供者

看護師 社会福祉士 介護支援専門員

藤原 知美 さん

〈司会進行〉



札幌生涯学習  
インストラクターの会 理事  
田中 博

2005年にアロマインストラクターの資格を取得し、アロママッサージのボランティア活動を行っていました。看護師として勤務していた中で、触れることの質に興味を持ち、米国の心理学研究所でエサレン®マッサージの資格を取得しました。エサレン®マッサージは、「気づき」と「今ここに存在すること」に意識をあてるマッサージです。自分自身の心の傷や向き合い方に悩んでいた私は、エサレンの考え方を元に行っているセルフタッチングに出会いました。触れることで、「幸せホルモン」として知られるオキシトシンが分泌されるため、触れることの持つすばらしさを多くの人に知ってもらい、癒す人がまず自分を癒すことが大切だと願っています。

後半は、話題提供を受けての語り合いの時間になります。5名程度のグループとなりテーマをもとに縁起でもない話をさせていただきます。

令和5年

# 6月22日 木

18:00-19:30

参加申込方法

職種は問いません  
ご興味をお持ちの方は  
右記QRコードから  
お申し込みください

FREE ZOOM



川邊正和



福村雄一

みなさまとお会いできるのを  
楽しみにしています



出会うことで人が動き出し、ともに未来を変える

～穏やかなエンディングをみんなで～

主催：東大阪プロジェクト



東大阪プロジェクト  
YOUTUBE



東大阪プロジェクト  
LINE公式アカウント