



つながるプロジェクト 2012 移動型コミュニティカフェ まる

第13回 心と身体のサブリ講座 報告 気流法でからだほぐし

日時：2012年10月25日（木）10：30～12：00

会場：相模女子大学翠葉会館3階和室

参加者：2名

講師：∞気流法インストラクター 佐藤響子さん

目的：人と人がつながり、自分らしく生きること、そのきっかけづくりを目的に、毎月、地域のあちこちに出かけて、カフェや講座を開催する。対象は、相模原に引っ越してきた方、地元の方、近隣、遠方の方など。参加した人たちで、日常で困ったこと、心配なことなど、お茶を飲みながら、おしゃべりし、それぞれの体験や抱えていることを聴き、話すことで、心ほぐし、からだほぐしをする。

内容：第13回は会場を相模女子大学翠葉会館3階和室へ移動し、気流法でからだほぐし講座を開催した。講師には気流法インストラクターの佐藤響子さんを迎え、漢方医療の三脈の取り方に始まり、からだの内側に意識をおきながら、からだをほぐしていった。今回は円の描き方についての話があった。参加者は4名を予定していたが、当日キャンセルがあり2名となった。少人数で講師の対応が行き届き、時間があつたという間に過ぎた。

会計：収入 3,000円 支出：16,260円 収支：-13,260円

※会場は同窓会員の利用で割引となった。

その他：参加者を増やすため広報の再検討が必要。今後の打ち合わせを兼ねて委員会を開催する。日時はメールでやり取りして決める。

次回のカフェ開催

日時：11月9日（金）12：30～14：30 現地集合・解散を予定

場所：大雄山最乗寺とその周辺 参加費：1,500円（交通費・昼食代は別途負担）

内容：野外講座～五感のバージョンアップ～

小田原の先の大雄山最乗寺まで移動し、自然の中で、そのエネルギーを感じ、日頃の疲れを癒し、五感をバージョンアップします。

講師はセラピストの井田尚美さん。