

～英国赤十字社発～

癒しの「セラピューティック・ケア®」

～心と体に寄り添う手当て～



第190回 サポートセンターの日 発表団体

■「認定特定非営利活動法人日本セラピューティック・ケア協会」

宇塚 美千代氏

英国赤十字社で開発された「セラピューティック・ケア®」は、肩や背中、腕などを手のひらで撫でて、ストレスを緩和するケア手法のこと。1999年、秋吉美千代理事長が日本で初めて導入しました。2005年7月、福岡県太宰府市に「特定非営利活動法人日本セラピューティック・ケア協会」を設立。2014年7月、福岡県による初の「認定」特定非営利活動法人を取得。「すべての人々に尊厳と幸せを」を協会理念とし、北九州市を含め、全国で、病院や福祉施設での訪問ボランティアを行っているほか、小・中学校の福祉体験授業支援や被災地支援、子育て支援など幅広い活動を行っています。資格習得講座も開講中！

HP：<http://therapy-care.net/> FB：<https://www.facebook.com/therapy.care/>

誰もが、小さい頃、「痛い痛い飛んでいけ～」と手を当ててもらったら、不思議と痛みが和らいだ経験があるのではないのでしょうか？今回のサポートセンターの日では、優しく体に触れることで、体にも心にも寄り添う手当てを行っている「認定特定非営利活動法人セラピューティック・ケア協会」について、北九州エリアを中心に活動している宇塚さんから紹介していただきました。



きっかけは父親の介護



宇塚さんと「セラピューティック・ケア®」の出会いは、定年後に受講したカルチャーセンターの講座。「介護が必要な父親のために何かやってあげたい」との思いからでした。洋服の上から両手のぬくもりを伝えるだけのシンプルな方法でありながら、痛みが和らいたり、表情が穏やかになったり。体だけでなく、心もほぐしてくれるケアの素晴らしさに感動しました。普段口数の少ない父親が「ありがとう」と言ってくれた時には涙が出るくらいうれしかった...です。

手のぬくもりは 心のぬくもり

北九州エリアの会員は約90名。その他全国には800名以上の会員がおり、それぞれの地域で様々な活動を行っています。被災地の避難所や仮設住宅を訪問し、被災者の心身のストレスを和らげるお手伝いをしています。また、小・中学校の福祉体験授業では、のべ7000人以上の子どもたちに、いのちの尊さ、高齢者との接し方など「手のぬくもりは心のぬくもり」であることを伝えていきます。今後も、心と体に寄り添う手当てとして、ひとりでも多くの方に手のぬくもりを伝えたい。そして、新たな人材を育て、次世代へとつなげ、発展させていくことが団体の使命だと考えています。



♪ ゆったりとした癒しの音楽と、
茶香炉の心地よい香りに包まれていました！

実際に体験してみました！



前後ペアになり、相手の両肩に自分の両手をそっと置き、呼吸を整えてスタート！



肩から背中、腕にかけて優しく撫でるように、1秒間に5cmの速さで撫でていきます。(エフルラージュ)



背骨に沿い、親指の指腹で1cmの円を描くように圧を移動させてほぐしていきます。(ニーディング)



『サザエさん』の歌に合わせて腰のケア！終わった後は会話ははずみ、笑顔が溢れていました！

サポートセンターから

参加者からは、「気持ち良かった」「ケアの効果を感じた」といった感想のほか、「介護の仕事に活かしたい」などの意見もありました。定年後に活動を始められた宇塚さんですが、今では講師として様々な活動をされています。皆さん方も何かできることがあるはずですよ。まずは、癒し癒されながら、社会貢献にもつながる活動を始めてみませんか？



定員を超える申込みがあり大盛況！！



助成金情報



助成制度名	分野	実施主体	締切
社会福祉育成活動推進のための 平成30年度助成	保健福祉	公益財団法人愛恵福祉支援財団	9/15
第12回かめのり賞（顕彰）	国際協力	公益財団法人かめのり財団	9/21
地域活動団体への助成「生活学校助成」	まちづくり	公益財団法人あしたの日本を創る協会	9/28
がん患者団体助成	保健福祉	公益財団法人正力厚生会	9/28
平成30年度交通遺児助成金	子ども	公益財団法人出光文化福祉財団	9/30
平成31年度日教弘本部奨励金	社会教育	公益財団法人日本教育公務員弘済会	9/30
公園・夢プラン大賞2018	子ども	一般財団法人公園財団	9/30

※当センターの助成金コーナーに紙ベースでの情報を設置しています。

また、ホームページ〈キラキラネット〉の「助成金情報」にも掲載しています。

平成30年10月1日から

貸借対照表の公告がはじまります！

NPO法人のみならず
手続きはお済みですか？
全法人が対象です。

特定非営利活動促進法の一部改正（平成28年6月）に伴う、貸借対照表の公告が平成30年10月1日に施行されます。

まだ定款に貸借対照表の公告方法を定めていない法人は、平成30年9月30日までに総会で定款変更の議決を行い、遅滞なく「定款変更届出書」を提出してください。

詳しくはキラキラネットHP（<http://www.kirakirakitaq.jp/>）をご参照ください。

また、NPO法人は、事業年度終了後3ヶ月以内に、事業報告書、活動計算書等の書類を提出する必要があります。未提出のところは至急提出してください。



NPO 法人・設立申請状況
(平成30年7月31日現在)



★北九州市内のNPO法人数：334団体★

※市内に主たる事務所を置くNPO法人数
(市外に事務所があるNPO法人でも、市内に主たる事務所がある場合は、数に含めています。)

設立認証申請中の団体

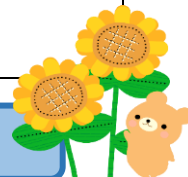
◆NPO法人アクティブキャリア北九州



サポートセンター主催のセミナーなどの情報（無料・要予約）



内 容	8 月	9 月
税理士相談会 (会計や税務に関する相談)	8/8 (水) 16:00~21:00 8/22 (水) 10:00~16:00	9/12 (水) 16:00~21:00 9/26 (水) 10:00~16:00
NPO入門説明会 (NPO法人設立の準備を始めた方向け)	8/8 (水)・8/22 (水) どちらも 19:00~20:00	9/12 (水)・9/26 (水) どちらも 19:00~20:00
◆8月サポートセンターの日・NPO活動発表会◆ 『多様な生き方とリコーダーと私』 日時：8月23日(木) 18:30~20:00 発表：リコーダー・アース・ブリッジ リコーダー・レインボー・ブリッジ  ◆9月サポートセンターの日・NPO活動発表会◆ 『井戸端会議は世界を救う？』 ～防災をきっかけに人の輪を作る～ 日時：9月27日(木) 14:00~15:30 発表：Say! 輪 ※ムーブサテライトでの開催です。 		
◆NPO法人会計実務セミナー ～「間違いが減る」会計処理を伝授します～ 日時：8月21日(火) 19:00~21:00		



平成30年度NPO公益活動支援事業 補助金採択事業が決定！！

事 業 名	団 体 名
北九州の豊かな自然にふれ、発見する体験活動事業	NPO 法人北九州・魚部
「セピア色の町」青空をとりもどした女たち	語り朗読「どんどはれ」
イキイキ笑いのひろば	イキイキ笑いのひろば
好きっちゃ北九州！「ぼくのまち、わたしのまちを紹介します」事業	NPO法人好きっちゃ北九州
北九州式プレススクールカウンセラー派遣事業の実践的検討	子育てフィロソフィ
障がい者を対象としたエンターテイメント事業	LES WORLD
まちなかストリートライブ（を核とした商店街活性化事業）	中央町連絡協議会・結
中国民族コンサートの実施事業	特定非営利活動法人北九州市大連交流協会
「実践研究型・多世代交流」事業	学園&地域交流ネットワーク
GOGO！おいしい輪☆ぷろじェくと	NPO法人わくわく
団地商店中心の地域コミュニティ活性化事業	金田地域コミュニティ活性化委員会
夢巡ラリー	夢巡ラリー実行委員会
美しく生きる・J I I J I B A A B A 元気印写真展	特定非営利活動法人明日はもっと綺麗隊

NPO・市民活動の相談窓口

◆北九州市市民活動サポートセンター

TEL：093-645-3101

FAX：093-645-3102

キラキラネット

検索

開館時間：月～土10:00～21:00

日・祝10:00～19:00

(毎月第1・3・5月曜日及び年末・年始は休館日)

北九州市八幡西区黒崎三丁目15-3 コムシティ3F

HP (キラキラネット) <http://www.kirakirakitag.jp>

メールアドレス support3@axel.ocn.ne.jp



QRコード

編集後記

子どもの頃、夏休みの楽しみと言えば父の田舎に行くこと…従姉妹と川遊びや山での虫採り、小学校のプールで思いっきり遊んだ後は縁側で冷えたスイカをほおばり種飛ばし！熱草だったなあスクール水着の跡。昭和の子の夏休みです。

by ガーネット