

平成 28 年 1 月 17 日 発行

# みどりの風通信

Vol. 18



## 対話の一年

「私たちは会社勤めのころ、議論ばかりしてきて対話をしてこなかったように思う」。先日、とある研究会での男性の発言である。オープンな対話という新しい精神療法が斉藤環氏をはじめ多くの専門家の中で注目されている。この詳細についてはまたどこかで触れる機会があればと思うが、「対話」という古くて新しい言葉が今まさに見直されているのは、何も医療の世界だけではないと感じる。社会の閉塞感、隣近所との親しみの欠如、気心が知れた仲の難しさ、こうした現代における親密性や信頼関係において「何かおかしい」と多くの人々が感じているのかもしれない。

私はここ数年、「ケアウィル」という研究にかかわってきて退職者男性の孤独、そして親密性の希求のようなものに触れる機会があった。コミュニケーション、コミュニティという言葉が独り歩きする中で、私たちは誰と何を求め生きていきたいのか退職期に限らず考え直す必要があるのかもしれない。親密性の中での活動、信頼に基づく支え合い、言うは易くである。

みどりの風がオープンして 10 年の節目に、これまで続けてこられたことを祝いながら、次の一歩のための対話をしたいと感じている。皆さん対話を持てる場を通して、飛躍はしなくとも誇りに思える一年になればと思う。私のささやかな思いを新年のご挨拶にかえて。



NPO 法人みどりの風 理事 立瀬剛志

☆みどりの風通信 原稿募集☆  
皆さんの感想や思い、自己紹介を書きませんか？  
興味のある方は事務局までお問い合わせ下さい。

# みなさんにお知らせします

## 心とからだの回復実践 —包括的アプローチを求めて—

第 86 回から第 89 回開催講座の内容をお知らせします。

第 86 回

精神療法とは、人間関係性を作ること

シリーズ：生きづらさを考える

薬物療法も重要ですが、睡眠と栄養も大切です。

8. -精神科治療について  
お話しします

精神科治療の精神療法で人間関係性を作るのは、安心の場、自分を表現する、  
自分を見つめ直す、意識の方向性を変容させるよう導いていくことです。

2015 年 9 月 13 日開催

本田 徹 先生

### 山のおうちの交流会

参加された方々それぞれ思うことを語り合い、温かい気持ちで講座を終えました。

第 87 回

長生きしたければ歯を大切にしないとイケない

シリーズ：ケアのある暮らし

口腔の状態により死亡率が変わるともいわれています。

2. -歯のケアを考える

話題の電動歯ブラシの選び方など様々な疑問が解決する講座でした。

2015 年 10 月 18 日開催

宮本 宣良 先生

### 山のおうちの交流会

雑誌を見ながら、わかりやすく説明していただき、楽しいひとときでした。

第 88 回

あいにくの天候でしたが、散策の時間には雨も上がり、みんなで呉羽山へ。

秋の呉羽丘陵散策

1 時間の散策でしたが森の植生がよくわかる楽しいひと時でした。

-植生の話しを聞きながら-

散策後山荘内で富山県の植生を含め説明、植物が生きることの偉大さを知り、

2015 年 11 月 15 日開催

佐藤 卓 先生

みんなで感動！！樹木、林、森は素晴らしい！！

### 山のおうちの交流会

4 月に「くれは山の植物を揚げて食べる会」の実施が決まりました！

第 89 回

心の回復にはリズムと同調性が必要…「踊ろう」「歌おう」「作ろう」「劇、物語、

シリーズ：生きづらさを考えるむ

ドラマに参加する」「自分を消そう」…

9. -“心の疲労”に  
ついて考える

脳をバランスよく使い、変身・新たな自分を演出すること。本田先生自身の実  
践もまじえてのお話は、参加者みんなが納得！今日から心が疲れていると思っ  
たから、今回学んだことを実践してみてください。

2015 年 12 月 20 日開催

本田 徹 先生

### 山のおうちの交流会

会員の方からの差し入れの和菓子とチャイティーで皆様と語り合いました。

先生方、ありがとうございました。



PCサイト



みどりの風

NPO 法人 みどりの風 事務局

〒930-0143 富山市西金屋 6717 番地 くれは山荘保養館内

TEL : 076-471-5597 FAX : 076-471-5598 E-mail : info@midori-no-kaze.com

HP : http://www.midori-no-kaze.com/