

被災地域の方々へのボランティアの件ですが 私も日程が合えば参加したいと思いますのでどうぞ宜しくお願いします

山本浩子

sweet_1107y@yahoo.co.jp

第4期東京 YTIC 終了、福島市在住の菅野洋子です。

明日、療法士の先生方が、福島市へボランティアで来てくださる旨、今村先生よりご連絡をいただきました。

ありがとうございます。私も同行させていただき、今後の活動に生かします。

実は、個人的に、何か手伝えることがあればやりますと、知り合いの福島県庁の保健師さんに連絡していました。

今のところ具体的に依頼はありませんが、原発が落ち着かず、この状況が長引く可能性が高い中、今後ますます心のケアが必要になってくるだろうとおっしゃっていました。

その保健師さんも泊りがけで県内の避難所を回る毎日で、別の保健師さんにも伝えておきますとのことでした。

木村先生

仙台に住む同じチベットサポートグループの方（大震災で片方の耳が聞こえにくくなっているとおっしゃったので、たぶんそれはストレスせいだと思い）には、インスタントリラクゼーションテクニックと両鼻でゆっくり意識しながら呼吸する呼吸法をメールでお伝えしました。相手の方からは、呼吸法なら場所も道具もなく誰でもできるから、避難所の方にも教えてみんなでやりたいとってくださいました。

しかし、この富山で、私の生徒さんは少ないし。。。避難してこられた方とどうコンタクトしていいやらわかりません。トライはしてみますが、期待しないでください。

浅沼智子