

# タッピングタッチ全国大会2019

## テーマ：『タッピングタッチ

### ～フレンドシップの輪を広げよう♪』



日時：2019年8月24日（土）10:00～8月25日（日）16:30

会場：三重県勤労者福祉センター希望荘（三重県三重郡菰野町） 大ホール

今年の全国大会は二年越しで、多くのインストラクターさんが楽しみにしてくださっています。とても好評だった2017年の大会の構成を大切にしながら、希望荘の自然と大ホールの良さを十二分に活かした2日間にしたいと思っています。ディスカッションの時間も大切にしたいプログラム内容に加えて、散策や温泉の時間、朝のリラクゼーション、コーヒープレイク、夕食、懇親会など、個別に楽しんだり自由に交流したりできる時間も大切にします。自然に囲まれた希望荘の景色、温泉、食事を楽しみながら、タッピングタッチで心身の疲れをほぐし、また一步一步の歩みをはじめましょう♪  
リトリート研修でも好評だった坐忘庵での静かな時間もお楽しみに。 中川祥子

## 8月24日（土） 参加対象：会員・認定インストラクター（午前中のみ一般参加あり）

09:30 受付開始

10:00 **一般公開講演** 中川一郎 @大ホール

「タッピングタッチ・フレンドシップ：自分を大切にし、手をさしのべる」  
新しいプログラム「タッピングタッチ・フレンドシップ」のコンセプトを中心に、タッピングタッチの自助・共助のあり方を話します。「自分を大切にすること・人に手をさしのべること」そんなシンプルな日々の行いから、より豊かで健康な生活とタッピングタッチの本質が見えてきます。

（この講演は、最初にTTの基本型の体験を共有し、その後講演となります。）

12:30 **ランチ** @菰野茶屋

13:30 **シンポジウム 「タッピングタッチ“情けは人のためならず”** @大ホール

タッピングタッチの実践を通して見えてくるタッピングタッチの面白さや、相手へのケアが自分自身へのケアになっている、というような体験を中心に、シンポジストにお話しして頂きます。シンポジスト数名予定。

15:00 休憩

15:30 **グループ・ディスカッション** @大ホール

① 5～6人 「シンポジウムを受けて自由に」（25分）

（昨年も活発な交流ができて盛り上がりました！）

16:10 **テーマ・ディスカッション** @大ホール

② 分野別（出入り自由、興味あるところに）（25分）

（分野での具体的な活用実践や経験は、いろいろ学べてまた活動刺激になりますね）



御在所ロープウェイもすぐ近く

16:40 **集合写真・自由に散策と温泉**

24日と25日は希望荘の夏恒例の「自助祭り」屋台と盆踊り楽しめます

18:30 **夕食 @菰野茶屋**

20:00 **懇親会 @大ホール**

(一芸披露大歓迎！みんなで持ち寄って、楽しい時間にしましょう。できれば事前のご連絡ありがたいです。タッピングタッチの宣伝部長ポコちゃんとミッチー(?)の出演予定(交渉中?)です。お楽しみに♪



7~8人部屋は伊勢平野の大パノラマ

3人部屋

**8月25日(日) 参加対象：認定インストラクター・会員**

07:00 **朝のリラクゼーション** (自由参加・座忘庵)

(タッピングタッチによるセルフケアとマインドフルネス)

08:00 **朝食** (6:00~ バイキングです。各自で) @菰野茶屋

09:30 **活動発表①《子育て・教育》** @大ホール

(話題提供・発表者2人)

★インストラクターの活動発表者を募集します。

10:30 **Coffee Break** (飲み物とお菓子で、交流タイム)

10:45 **活動発表②《看護・医療》**

(話題提供・発表者2人)

12:00 **ランチ@菰野茶屋**

13:15 **活動発表③《介護・高齢者》**

(話題提供・発表者2人)

14:15 **Coffee Break**

14:30 **活動発表④《被災者・その他》**

(話題提供・発表者2人)

15:30 **グループシェアリング**

16:00 **腕だけ散歩・波とワカメなど+交流会**

16:15 **閉会・集合写真**

16:30 解散・後片付け



鈴鹿山麓国立公園の中の希望荘



湯の山温泉駅からホテルの送迎があります

## <参加費について>

### 8月24日(土)

- 一般参加
  - ※ 1日目午前の講演は地域貢献として無料
  - ※ 午後は4000円
  - ※ 当日会員になると会員料金で参加できます
- インストラクター・会員 3500円(一日参加の場合)

### 8月25日(日)

- インストラクター・会員(一日参加の場合) 3500円

両日参加の場合 7000円(6月3日までの早割6000円)

**両日参加+宿泊+食事4食(懇親会含む) 23000円(早割22000円)**

- 希望荘(1泊2食付)での宿泊(50人分確保しています。先着順です。)
- 部屋は3人・7人・8人の大部屋ですが、十分な広さと眺望のある部屋です。
- ご要望はお知らせください、できるだけ調整します。
- 宿泊せずにランチ(¥1000)が必要な方は事前申し込みが必要です。
- ホテルからの送迎(近鉄湯の山駅から)が必要な方は申込み用紙に○を入れてください。
- 次ページの研修と合わせて申込むこともできます。

## <申込みについて>

- 人数の把握が必要ですので、できるだけ早く申し込みしてください。
- 子ども連れや家族での参加はご相談ください。会場後方にキッズスペースはありますが、このホテルは健康増進施設なのでゲームコーナーや卓球台、コミックコーナー等はありません。

### **申し込み期限**

- 早割り締切：6月3日(月)
- 宿泊申込み締切：7月1日(月)(定員になり次第締め切ります。お早目に！)
- 参加申し込み締め切り：8月5日(月)

★ 展示ご希望の方は、場所の確保のため予約が必要です(最低90x90cm・当日調整)  
展示は前日か当日の朝、出来るだけご自身で行ってください。

8月23日（金）認定インストラクター研修

## タッピングタッチとマインドフルネス

12:30 受付

13:00～17:00 研修① @大ホール

17:00 休憩・温泉

18:00 夕食 @菰野茶屋

19:00～21:00 研修② @大ホール、または「座忘庵」

受講費：7000円（+23日（金）の宿泊+夕朝2食=19030円）

★ 23日（金）24日、25日も参加する場合は、42000円（早割41000円）



### こころ豊かな時間を共有しませんか？

去年、2018年度の全国大会はお休みにして、「タッピングタッチ・リトリート研修」という形をとりました。ちょっと豪華に2泊3日にして、「ゆっくり、やさしく、ていねいに」というタッピングタッチの本質をホリスティック（全体的に）感じ、深める時間を持つことが出来ました。各地から17人が集まり、こころ豊かな時間を共有しました。

ふだんの忙しい生活をこなしているうちに、ぼくたちは急いでものごとをして、前のめりになっていることが多いようです。心に余裕がなくなることで、人にも自分にも厳しくなりがちです。ていねいにものごとをして楽しむこともなく、一日一日が滑るように過ぎていきます。

今回の研修でも、タッピングタッチによるマインドフルネスを学び、楽しみます。タッピングタッチとマインドフルネスは、別々のものではありません。タッピングタッチを体験しているうちに、散漫だった心が静まり、今ここに落ち着きます。自然に「ゆっくり、やさしく、ていねいに」なります。そして、今ここに生きていることへの喜びと感謝、人への優しさやあたたかさ、そして信頼や思いやりなど、素朴で大切な気づきがうまれます。



今回のリトリート研修は全国大会の前日、一日だけです。でも、夜の時間や翌朝のリラクゼーションの時間などを活用して、タッピングタッチによる静かで心豊かな時間を共有したいと思います。その後の全国大会の体験も深まることでしょう。タッピングタッチによるセルフケアの新しいバージョンもしっかり体験学習しますからお楽しみに♪

一音