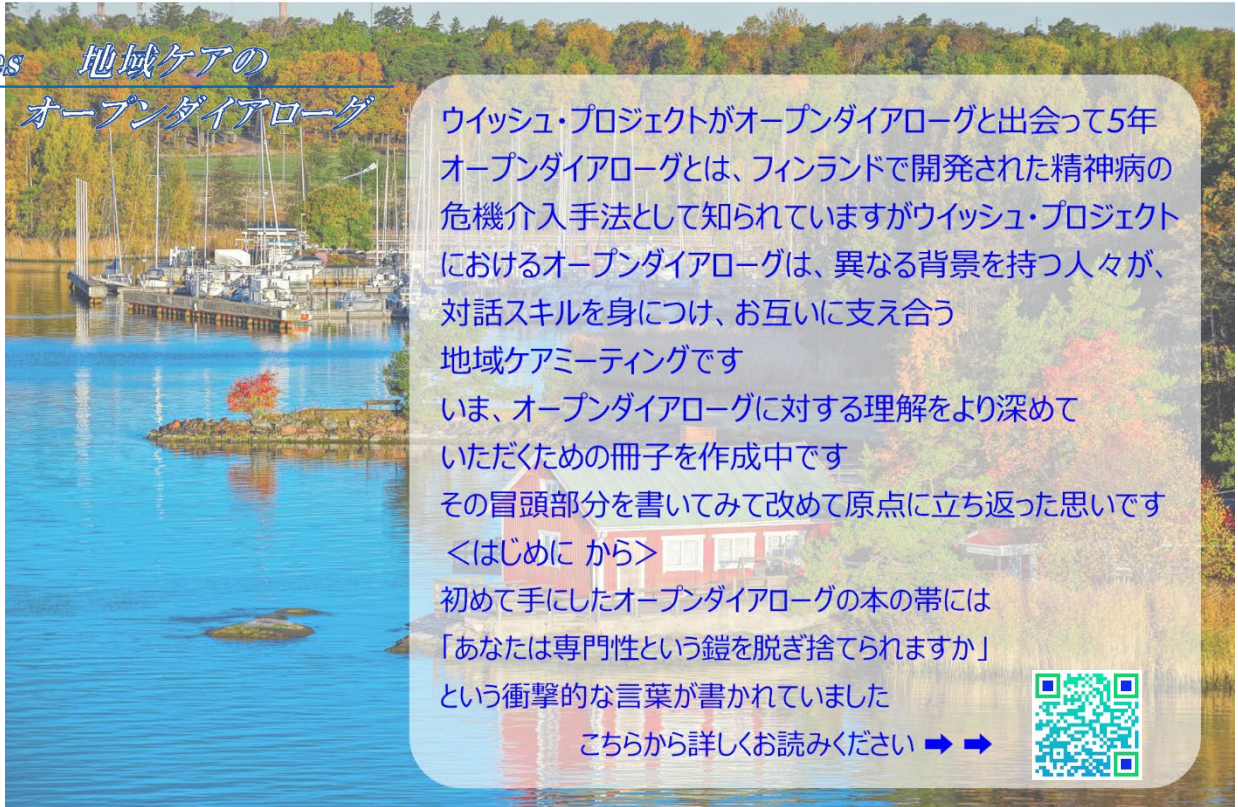


## NEWS LETTER

2025 March.10

series 地域ケアの  
オープンダイアログ

ウィッシュ・プロジェクトがオープンダイアログと出会って5年  
オープンダイアログとは、フィンランドで開発された精神病の  
危機介入手法として知られていますがウィッシュ・プロジェクト  
におけるオープンダイアログは、異なる背景を持つ人々が、  
対話スキルを身につけ、お互いに支え合う  
地域ケアミーティングです

いま、オープンダイアログに対する理解をより深めて  
いただくための冊子を作成中です

その冒頭部分を書いてみて改めて原点に立ち返った思いです

<はじめに から>

初めて手にしたオープンダイアログの本の帯には

「あなたは専門性という鎧を脱ぎ捨てられますか」

という衝撃的な言葉が書かれていました

こちらから詳しくお読みください → →



オープン  
ダイアログに  
ご寄附を  
いただきました

昨年12月、武蔵野市NPO助成金事業の中間報告会で

一般社団法人チームケイエムの調査員の方と出会いました。

ウィッシュ・プロジェクトのオープンダイアログに大変関心を持たれ、

この事業に賛同してくださり、寄附金を出していただける運びとなりました

いただいたご寄附は、パソコン・ビデオカメラなどの機材・ホームページのリニューアル・講座の  
講師料や資料印刷などに使わせていただくことにしております

## 2月のオープンダイアログ活動

2月12日、19日 みたか社会福祉協議会にて「オープンダイアログ入門講座」  
を開催しました

2月25日 三鷹市西多世代交流センターのボランティア団体向け研修  
「相談の質を上げる」をテーマに対話についてのワークショップを  
開催しました

2月27日 同センターの職員研修として「相談の質を上げる」をテーマに  
オープンダイアログのデモンストレーションを行いました

# ゆうゆう下井草館の協働事業

## げんき貯筋倶楽部

月に2回、理学療法士の資格を持つ講師の指導のもと、フレイル予防を行っています

運動・栄養の知識・社会参加・オーラルケアなどをバランスよく実施することで健康な状態を維持することができます

この講座では、筋力アップを目指し、筋力トレーニングやストレッチを3カ月1クールで実施しています

**実施日：毎月第2・第4木曜 午後1時～2時**

## フレイルとは

加齢により心身が衰えた状態のこと

この段階で早く介入して対策を行えば、元の健全な状態に戻れる可能性があります



## 若返りのおあそび (旧講座名：大人のリトミック)

今年は「ささえ愛くらぶ」の中で紹介することで、参加のきっかけになってほしいと考えました

ちょうど子どものリトミックと同じように音楽に合わせて楽しく体を動かします

できる人もできない人も、なんだか楽しくて、みんなでお腹を抱えて笑い転げてしまう場面も・・・

ハンドベル・カスタネット・お手玉

なども使うことで五感が刺激され、みなさんけっこう難しいこともやってのけているなと感心させられます

**実施日：毎月第1・第3火曜 午前10時30分～12時**



ハンドベル

げんき貯筋倶楽部・若返りのおあそび  
どなたでもお気軽に  
ご参加ください

お問合せ・お申込み  
ゆうゆう下井草館

電話・ファックス 03-3396-8882



NPO 法人 ウィッシュ・プロジェクト

東京都武蔵野市中町 1-22-7 コトー三鷹 305

TEL 0422-90-2516

E-mail office@wishp.info

