



## ハートフルコミュニケーション (ハトコミ)

2021年4月25日(日)

トリプル・ハートでは、18才になっても通える場所を作るというもと  
セブン・ハート(生涯学習)のワークショップを行っております。

第1弾ハートフルコミュニケーション(ハトコミ)は、今回で4回目になりました。

月1回の開催ですが、参加者同士も顔見知りになり、安心できる環境が整って  
きました。準備体操を皆行うときに、先生役となって一人一人が前に立ち、オリジナ  
ルな動きをやります。これがなかなかハードルが高く、皆、最初、声をかけられても、  
前にでれません。そんな時には、指導員と一緒にやるよって声かけ、行動するとできたり  
します。一度できたら、次はできます。

今回は、トリプル・ハート内で行っている事務作業の様子を見学してもらう場面を設  
けました。実際の仕事を知ったうえで、表現することに挑戦しました。

目で見て、耳で聞いて、心で感じ、そしてトライする、その中で成功した時は喜び、失  
敗した時は一緒になんで失敗したのかを考えていくことが大切で、その一緒に考える  
ことによって、自分でも考えることができるようになります。

道筋を作れば、なんでも挑戦できるということを参加者感じてほしいです。



トリプル・ハート(東京都中央区)

<https://www.triple-heart.jp>

