

子育ての文化研究所が企画しました!

# ハグモミで こどももおとなも みんなが笑顔になろう



11/16(土)

場所 宇治田原町総合文化センター 3階 研修室



時間: 10:30 ~ 11:45 (会場は 10:00 ~)

費用: 500円

保育: なし (子ども同伴可)

持物: 水分、タオル

服装: 動きやすいもの (スパッツやトレーニングウェア)

定員: おおむね15~20組程度

Mail: tsuge@ares.eonet.ne.jp

連絡先: 090-1157-1066

FAX: 0774-88-6520 (つげ)

ハグモミって?

ハグするようにモミモミする  
モミモミしながらおはなししよう  
身近なひとと気持ちよく、お互いをモミあいて!  
今日のできごとやからだのこと、  
感謝の気持ちや愛しさ。  
そんなことが会話にもなるひととき。  
手のひらから始まるコミュニケーションの時間を  
楽しんでいただきたくて  
【ハグモミ project】ははじまりました。  
パートナーと、家族と、お友達同士でも。  
カンタン、たのしい、きもちいい!  
それがハグモミの合い言葉です。

手島 渚 Teshima Aoi

ハグモミプロジェクトリーダー



女性の本来のうつくしさ、すこやかさ、人生の輝きのためのコンディショニングサポート「WHOLE TREAT」をコンセプトに掲げ、セラピストとしてのキャリアを重ねている手島さんは、2004年にスウェディッシュ・マッサージと出会い、本場スウェーデンにてアクセルソンスウェディッシュマッサージスクールの校長に指南を受け、その可能性を実感、家族や友人とのコミュニケーションのための相互ボディ・トリートメントに着目。さらに人間の手のぬくもりを自然の一部と捉え、都市に生活する人々の身体と心の根源的なケアをコンセプトに家庭内で簡単に楽しく実施できる「ハグモミプロジェクト」を開始されました。著書には「こんなにすごい手のちから! 触れて感じるからだケア - ハグモミ -」「足裏・手のひらセルフケア」などがあり、3.11 後からは月に一度東北に「ハグモミ」を伝える出かけ、その輪を広げるため、養成講座も行っておられます。\*「ハグモミ」とは、ハグするようにモミモミしよう。モミモミしながらお話ししよう...という思いです。

詳細は <http://www.hugmomi.net/>

くあしくは  
ホームページを  
見てね!

主催 子育ての文化研究所

HP <http://www.kosodate-bunka.jp> Mail [info@kosodate-bunka.jp](mailto:info@kosodate-bunka.jp)

電話でのお問い合わせ 090-2703-5207 (迫) 090-9702-6146 (朱) F A X 0774-44-2809 (NPO 法人子育てを楽しむ会 寄付)

平成25年度京都府地域力再生プロジェクト事業交付金を受けて実施します

