

## プロジェクト通信++その270++

いかがお過ごしですか。

2020年に向け、世の中も人も歩みを進めている昨今です。

11月に骨折してしまいました。

ゆっくり休んでください、と多くの方から言われました。

入院中の方にかける言葉としてはスタンダードなものかもしれませんが私にとっては身にしみるワードです。

公私ともに、自分のちから以上のことをやろうとして走りすぎていたのかもしれないあと。

来年は、運氣的にも、心身と向き合い、メンテナンスを行い思考と心に蓄える時期にむかっているようです。

そんななか、今向き合い取り組めることを

落ち着いて、丁寧に少しずつ進めていきます^^

来年、実施を決めている取り組みに

もしよろしければみなさんとご一緒できたらうれしいです。

-----

\* 思考 de 読書

<http://prt.red/0/思考>

2019年12月19日(木) 18:30~21:00

場所：綾瀬駅西口徒歩1分(参加希望の方に個別にお伝えします)

参加費無料

問い合わせ：tenkakeru@gmail.com (こぬた)

-----  
\*なりわいプロジェクトブログ

●その先のことを

<https://ameblo.jp/tenkakeru/entry-12549746070.html>

●自己肯定感と劣等感とコントロールと。

<https://ameblo.jp/tenkakeru/entry-12546614342.html>

●グレーなエナジー

<https://ameblo.jp/tenkakeru/entry-12559326386.html>  
-----

\* <女性対象>わたし発信トーク会 #YouToo ?

<http://prt.red/0/わたし>

今回のトークテーマは

#KuToo

「わたし」の#KuToo 体験、日頃のモヤモヤ、

「わたし」の実践、などなど話しましょう！

2020年1月24日（金）19時～

※11月開催予定でしたが、主催者都合により延期となりました^^

場所：健康カフェ ODL

台東区東上野 1-23-8 K Sビル 1F

参加費：500円(ドリンク代別)

申込・問合せ：tenkakeru@gmail.com（こめた）／090 8087 8484  
-----

\*カラフルポテトを植えよう！

吉川なのはなファーム植え付け体験&外ごはん♪

<https://www.facebook.com/events/649130912494364/>

2020年3月7日（土）11時～16時

場所：吉川なのはなファーム（JR吉川駅からバス15分）

参加費：500円（ランチ代込）+保険約50円  
-----

\*東日本大震災被災地/南相馬市への旅

～震災被害の現場を歩き、

未来思考のまちづくり土台となる「報徳仕法」を知る～

<https://www.facebook.com/events/2359920790781260/>

南相馬のまちづくりの原動力となっている考え方を知る WS も体験できます!

2020年3月28日(土) 7時から21時

集合: 東京駅八重洲口の八重洲ブックセンター

参加費: 1万縁(参加人数により安くなる可能性あり)

申込・問合せ: [tenkakeru@gmail.com](mailto:tenkakeru@gmail.com) / 090 8087 8484

-----

\*南インド体験プログラム\*

日程: 1月(ご希望をお聞きし調整します)

料金: 13万円

内容: ヒンズー寺院見学、アーユルヴェーダ、

簡単なタミル語レッスン、ヨガレッスン、

世界遺産訪問、タミル映画観賞、南インドクッキングなど

※料金には日本～チェンナイ間往復・ビザ手配・

旅行保険・ご自身で購入される飲食や

お土産代等は含まれません

-----

なりわいプロジェクトの活動にご興味のある方やご提案のある方、

ぜひなりわいPJ事務局にご連絡ください!

ご一緒にいろいろ取り組めたらとてもうれしいです。

なりわいPJ事務局/古怒田(こめた) 090-8087-8484

LINE ID:tenkakeru

FB:<https://www.facebook.com/etsuko.tenkakeru>

-----

☆なりわいプロジェクトのSNSなたくらみ☆

【日印きずな架け橋プロジェクト】

Facebook ページに、南インドの方々との交流ページを作りました。

<https://m.facebook.com/日印きずな架け橋プロジェクト-397091740671288/>

※南インドの方々との交流を目的としたページです。

日本のことや趣味のことなど、楽しい投稿をアップしてくださいませ。

日本語を勉強中の方々が読まれますので、

ひらがなを使った簡単な文章でお願いいたします\*^^\*

英訳は、あれば嬉しいですが、なくても OK です！

\*\*\*\*\*

2019. 12.15

\*\*\*\*\*

・配信不要の方は、tenkakeru@gmail.com までご一報頂けますでしょうか。

・配信に関し「いかがなものか」とのご意見やがありましたらお寄せください。

改善に努めたく思います。その他ご質問は随時受け付けております。

・配信不要の連絡をしたはずなのにメルマガが送られてきている！という方、たいへんもうしわけございません。

お手数ですが、下記コヌタ連絡先にリマインドをお願い出来ればと思います。

たくさんのメールを頂いておりますことから

その他フォルダに振り分けられている可能性があります。

\*\*\*\*\*

なりわいプロジェクト

古怒田 悦子

tenkakeru@gmail.com

FB <https://www.facebook.com/senju.konuta>

090-8087-8484

\*\*\*\*\*