家事セラピストノコ

家事セラピスト会報 辰巳渚の家事塾

ひとことで言うなら家のモノとコトの専門家.

家事セラピストとは「生き方を整える仕事」

家事セラピストの したりすることができる。 この先につづく、 二〇二二年もさらなる言葉を一緒に紡いでいただけましたら。 どうぞよろしくお願 Œ (Y) 皆さんの言葉にほかなりません。 百言で伝えたいことは、これまでに誕生した 家事セラピスト、 いいたします はじめました』 より 抜粋

家族

のつながりを確かめたり、

生み出

むうちに、自然に、目に

です。 見えない幸せや生きがい、すればいいのかをしっかり り、くつろいだり、 弁しています。 仕事です。 の暮らし方、家族関係、生き方な家のモノとコトを整えるお手伝 り…そんな「家事」は、その人が生きてそこにいることそのもの り、その人の生き方の価値観 ブルも買えるけど、 なくて、このティー いろいろある物の なぜ、 私」の幸せや喜び、 たいないから、 ればいいの また、家出しているコト、 だから、家のモノとコトについて、これでいいのか、どう 家のモノとコト かをしっかり考えて取り組 使 なか お風呂に入ったり、 から選 生き方を整えるお手伝いもする。 な 料理したり、 いを入り口にして、

古びたこのテーブルには思い出もあるし、も いつづけたい。 カップでお茶を飲むとシアワセ。 もちろん不満やストレスなど、 の現れです。あのティー んで身近に置いているもの。つま 家の中にあるものは、 物は単なる物質ではなくて、 新しいテー すべてを代 ・カップじゃ その人が えますか?辰巳さんの文章はこう続きます。 載せた辰巳さんの言葉です。あなたならこの問いにどのように答紹介した本『家事セラピスト、はじめました』(2011年2月)に家事塾のはじまりのころ、うまれたばかりの家事セラピストをご うっと困ります。 は百言でも足りない。 家事セラピストっ 一言でも済むけれど、 そのせめぎあいで、 な んですか。 ほんとうに伝えたいこと うっとなるのです。

て、

今号の内容

○家事セラピスト養成講座 ○家事塾からこどもたちに伝えたい 歳時記「節分」 ○家事セラピストのシゴト ○暮らしのコト



続・家事セラピスト、はじめませんか?

家族とおしゃべりした

食べたり、

掃除した

「家事セラピスト養成講座」では、およそ半年の時間をかけて、自分自身と向き合う哲学的視点と、暮らしを共にする人との関係性と向き 合う社会学的視点とで自分の暮らしを考えます。その細かなプロセスは、探究活動そのもの。自分の「私らしさ」や「私を認める視点」を 発見します。仲間との学びあいを通してシナプスがひろがるように、これまでの自分の経験がつながります。

その人が自ら

そんな

ゼロ期の花村睦さんは当時、家事セラピストの学びを「家事セラピストというOS」と表現されていて、なるほど!と合点がいきました。 養成講座を通して新しいOSをインストールした家事セラピストが見る世の中は、それまでの風景とは同じようで同じではない。気負いなく 「これでいいのだ」と自分を認め、これからをしなやかな生き方ができる私になっているのだと思います。そのOSをもとに、暮らしの困っ た!に寄り添い、その人の生き方を整えるお手伝いをするのが家事セラピストという職能です。

家事セラピスト養成講座





「生き方を整える家事セラピスト養成講座」も今年で14年目。全国各地での初級家事セラ ピスト養成講座講座は随時開催、18期の1級家事セラピスト養成講座は、今年も東京と福 岡で5月開講します。

家事セラピスト養成講座の無料説明会 随時開催中! 「家事塾」「家事セラピスト」についてもう少し知ってみたい方は、 お気軽にご参加ください。活躍中の家事セラピストが丁寧にお答え します。お申込みお問い合わせは事塾ホームページまで。



家事塾から子どもたちに伝えたい歳時記「節分」

夕節分(せつぶん)は、立春(りっしゅん)の前の日です。立春を新年の元旦とすると、おおみそかにあたる節 分は、新しい一年を歩みだすための行事ということになんだね。まずは「鬼は外、福は内」と声に出して豆ま きをして、古い一年のいやだったことを追いはらおう。大豆には、鬼つまり、いやなことをはらう力(ちから) がある。鬼がいやがる鰯(いわし)や柊(ひいらぎ)をかざるのもいいね。

(辰巳渚著「家族で楽しむ25の年中行事」岩崎書店)













1級家事セラピスト

石田ひろみ イエノコト (株) 所属



2012年8月に1級を取得し、2012年10月にオープンしたイエノコトにたまたまお手伝いをしたことがきっかけで、もう10年になろうとしています。

イエノコトは家をつくる会社ですが、私は家づくりのイロハは全くわからなかったので、ただただ家事セラピストを知ってもらい、イエノコトを知ってもらうため、講座や茶話会などイベントを計画して、ファンづくりをしていました。その中で困りごとを抱えている方に、「寄り添うこと」を大切に、とにかく「聴くこと」をして、ご自身の中の「答え」に気づくお手伝いをしています。

今は、少し家づくりのことがわかるようになり、仕事の幅が増え、とても充実した日々を 過ごしています。

忙しいけれど楽しいと感じられる自分になったのも、家事セラピストの学びをずっと続けたからだと思ってます。

わたしはわたし。これでいいのだ! 人とは比べずに自分らしく今からも進んでい こうと思います。

1級家事セラピスト

前田真理 暮らし学舎。主宰 フリーランスライター 鹿児島県



「家事セラピストって何?」と聞かれると、いつも「家事の力を信じる人」と答える私。 家事セラピスト養成講座に通ったのは、ふた りの娘が中学生の頃のことです。

自分の生き方や仕事に生かせる学びだと考え と同時に、18歳になれば家を出るであろう 娘たちをちゃんと自立させたい、と願う思い ありました。

家事塾での学びが糧となり、その後進学就職で東京へ出た娘たちが、逞しく朗らかに生きている様子を見ると"お手伝い"を真ん中に、家族で家事シェアする子育ては、あながち間違っていなかったのだろうと思います。

私自身は資格取得後、地元鹿児島で、「暮らし学舎。」という活動を始めました。家事セラピスト養成などの講座や講演のほか、ライターとして家事に関するコラム連載などもさせていただいています。

「家事は人類を救う!」 その豊かさを伝えてい けたらと考えています。



1級家事セラピスト

吉田尚子 一般社団法人暮らし育て組 理事 保育士 滋賀県



お手伝い重視の私の子育てや人生の節目となった様々なことが家事塾で熟成され、「頼り頼られかぞくで家のコト。つながる力をはぐくむ生活を。」をテーマに家事セラピストを続けています。末期癌の母との片づけエピソードは「幸せの生前整理」(辰巳渚著家の光協会)にNさんとして掲載されています。2016年、高齢父と同居のため、大阪から滋賀・竜王町に転居。出会った仲間と一般社団法人を設立、産前産後の時期を中心に、家事の困り事から背景にある家族を考える視点で、講座、個人相談、行政や団体からの依頼講演会など活動しています。

地域では、母たちの支援団体、集落での小学生の居場所づくりを。滋賀県社会教育委員などのご縁を得た50代、週の半分は0~2歳児保育園で保育士です。いろいろな活動も私の中では1つの家事セラピスト。共感的なかかわ

りを大切に、親子の 心の拠り所のひとり でありたいと日々を 重ねています。



家事セラピストの『暮らしのコト』



なにか干して~♪

林祐子さん【紹介者】東京在住一級家事セラピ

てし戦く干リ葉チに雨て ご時十りしまになった。 時干ち 雨て「の写干 ヤ ビヤ い大はるし し ま根今の ンゴミ ッ 日真す時けのく存し T て ク い以の ので 間 は作 今気 かがもる外干をが っで ら入付のはし習ふのの 外るいで軒が慣え、 かと て き るい えの向はる で、 今成ら を 化 いいし し 心 て 下 \Box 見配いす 干 日功 か を さ た るもる < 吊購せの ナ時ん 入よう 先たが たあのに 'n 自 ゃ で前 5う! 卞 く語びり 干 L 粛 余すか で はなりにま虫せげま ミで裕 春 でち 切りか っせやま っし 家が ? け何ん枯。 したまっした。 だった。 だった。 であも 作てか

新下の「干しかご」 栄養たっぷり干し野菜

◆今号に登場した本の表紙◆







お

す

す

め

道

4)

◆編集後記◆

2022年もどうぞよろしくお願いいたします。今年の「1級家事セラピスト養成講座」東京会場では、1級家事セラピストの皆さんと複数体制での講座を展開してまいります。受講生には、より多くの家事セラピストの考え方や生き方に触れてほしい!という願いがあります。福岡では拠点となる場(イエノコトがあり、常に家事セラピストが寄り添うことで、まさにイエノコトファンからの家事セラピストが誕生しています。今年もたくさんの学びを皆さんとともに!









