

2021 年度  
身近な方の死を悼み、こころを再生する…

# 色彩グリーンフアートセラピー

9/14 (火)  
19:00~  
20:30

## オンライン講座 グリーンケアに役立つ 色彩アートセラピーの可能性

色をつかったり、絵を描くことが、なぜセラピーにつながるのか。事例を通してお伝えしながら、グリーンのための色彩アートセラピーの可能性をさぐっていきます。

## ワークショップ

■日時：2021年10月～2022年3月（全6回）  
第3土曜日 14：00～16：00（受付：13：30）

### 2021年

- 1回目：10月16日 最近の「わたし」って、なに色？  
～様々な画材を体験。タッチや色が教えてくれる、今の「わたし」の心もよう～
- 2回目：11月20日 言葉では表せない感情を色でアウトプット  
～今一番表したい感情は？色に託して思い切り表現してみよう～
- 3回目：12月18日 「大切なひと」と「わたし」の思い出絵本①  
～大切な人との思い出を色に綴った絵本創作～

### 2022年

- 4回目：1月15日 「大切なひと」と「わたし」の思い出絵本②  
～世界に1冊だけの「思い出絵本」について語り合う～
- 5回目：2月19日 「大切なひと」に、今送りたいメッセージ  
～あなたに今届けたい気持ち、聞いてもらいたいことを表現する～
- 6回目：3月19日 今、これから生きていく「わたし」  
～カラーチャートでのこれまでの振り返りと、「わたし」を生きていくイメージづくり～



### ■詳細

【時 間】 ◆オンライン講座（ZOOM）  
9月14日（火）19:00～20：30  
◆ワークショップ：  
第3土曜日 14：00～16：00 全6回

【定 員】 ◆オンライン講座 25名  
◆ワークショップ（対面） 3名

#### 【参加対象】

- ◆オンライン講座：どなたでも
- ◆ワークショップ：  
・本会「分かち合いの会」「ひまわりの会」に2回以上参加された方  
・死別後1年以上経った方

#### 【ワークショップ会場】

生と死を考える会（東京YWCA会館214号室）

#### 【参加費】

- ◆オンライン講座 会員：1,000円/一般：1,500円
- ◆ワークショップ  
会員：10,000円/一般：15,000円（画材費込）

#### ■申込方法

右記本会宛に、メール・FAX・電話（火・金/午後）にて、氏名、連絡先を明記の上お申し込みください。後日改めて申込書を送付させていただきます。

### ■色彩アートセラピスト 大村朋子

「生と死を考える会」理事。自身の喪失体験から心理的葛藤が強く、セルフケアの方法としてアートセラピーを体験。末永蒼生主宰、「アートセラピー」と「色彩心理」の専門講座「色彩学校」で学び、「色彩学校」専任色彩アートセラピスト、講師として活動中。「国際アートセラピー色彩心理協会」理事。

### ■こころのサポーター

安心して表現をしていただくために、時にワークの過程で、悲観感情などで心理的混乱状態に直面する際には、経験豊富な遺族「分かち合い」スタッフが対応します。

### NPO法人・生と死を考える会

〒101-0062 東京都千代田区神田駿河台1-8-11

東京YWCA会館214号室

TEL：03-5577-3935/FAX：03-5577-3934

e-mail：off@seitosi.org

URL：http://www.seitosi.org/