

# グリーンケアに役立つ、心を癒す 色彩アートセラピー

## 2023 年度体験ワークショップ

9月9日(土)  
開催!  
17:00~19:00

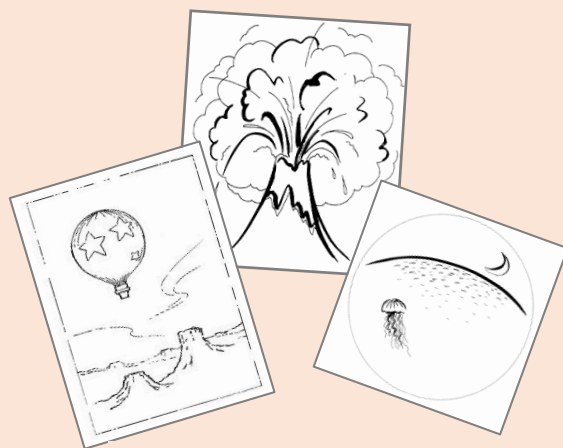
言葉にならないあなたの気持ち……、  
色で表現してみませんか？

あなたは最近、どんな気分で過ごしていますか？  
その気持ちを「色」にすると、何色のイメージでしょうか？

アートセラピーでは、ぬり絵などを使って、目には見えない  
気持ちや感情を色で表現してみます。色彩表現は、心のモヤ  
モヤの解消や、緊張感をほぐす効果が期待でき、色を通して  
心の状態が見えてくると、自分の思わぬ深層心理に出会うこ  
ともあります。

「グリーンケア」「心の対話」のきっかけとしてのアートセ  
ラピーを、あなたも体験してみませんか？

- 【定員】6名(先着順)
- 【参加対象】どなたでも参加できます
- 【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】会員：3,000 円/一般：3,500 円  
(画材費込)
- 【申込方法】  
下記本会宛に、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。



セラピーぬり絵©ハート&カラー

■担当：色彩アートセラピスト 大村朋子  
「生と死を考える会」理事・スタッフ  
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。

絵を描くのは苦手という方でも、  
オリジナルのセラピーぬり絵を  
使いますので、安心して表現して  
いただけます。また画材は、水性  
色えんぴつ、水性クレヨン、パス  
テル、絵の具など……、色々試す  
ことができ、初めての画材の使い  
方などもサポートいたします。