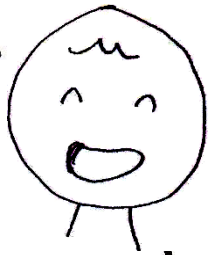


アートセラピーで イライラ、もやもやを あきり!!



毎日のイライラ、もやもや・・・
あなたは どうして ますか？
アートセラピーで ニニろの 声に
耳を 傾けて みませんか・・・

- 日時： 2016年 2月6日(土) 13:30 ~ 16:00
場所： 西宮市市民交流センター (阪急西宮北口駅東出口徒歩5分)
内容： 自己表現を楽しむ アートセラピーワークショップ
絵の上手い、下手は 全く 関係ありません！
対象： おとなの方(男女不問) どなたでも ご参加ください
定員： 20名
参加費： 1,000円
申込み： 2月5日(金) までは、e-mail または、電話、faxにて
下記まで お申込みください

※ 携帯等、メールで申込みの方は、3日経っても返信がない場合は、
お電話ください



お問合せ・お申込先 特定非営利活動法人(NPO法人) ニニろアートコミュニケーション
〒662-0832 西宮市甲風園 1-15-17
tel & fax 0798-63-1516
e-mail office@cocoro-art.org
URL <http://www.cocoro-art.org/>

✧ Q&A よく寄せられる質問にお答えします。

Q：アートセラピーって何ですか？

A：表現活動そのものに癒しの効果があるだけでなく、そうした行為や作品の中に、無意識的なメッセージやこころのメッセージが表現されると考えます。自ら表現した作品を通して自分のこころと会話しながら、自分の本当の気持ちに気付いていきます。

Q：絵が苦手なので参加するのが不安ですが？

A：カラーセラピーやアートセラピーは、自己表現することを大切にしていますので、絵の上手下手は関係ありません。絵が苦手！全く知識がない！という方でも安心して参加していただけます。

その他、ご質問など何でもお問い合わせ下さい。

✧ こころアートコミュニケーションとは

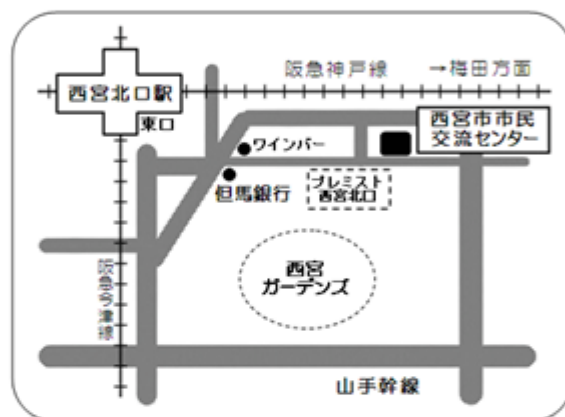
アートセラピーを社会に広め、より多くの方のこころのケアに役立てていきたいと2004年1月に設立しました。

ボランティア活動や自由表現の場の提供、子育て中のお母さんやさまざまな人間関係に悩んでいる人たちへのカウンセリングなど…そこで出会った多くの人たちが、色彩やアートを活用したワークショップを通して、ありのままの自分を肯定し、自分自身に自信がもてるようになっていきました。

これからもみなさんが少しでも「楽に生きる」サポートができるよう活動を続けていきたいと思ひます。

理事長 安田千壽子

会場地図



体験アートセラピー
「アートセラピーでイライラ・もやもやをすっきり！」
FAX申込み書

ふりがな お名前			男・女
	歳		
ご住所	〒		
ご連絡先	TEL :	FAX :	
	e-mail :		

FAX番号：0798-63-1516