

色を染しもう！ オイルパステルで

〈アート制作〉

色で、こころを解きほぐす時間。



11.28^土 13:30 - 16:00(開場13:00)

会場 | エモーショナルリテラシーセンター
(奈良県大和高田市神楽3-9-16)

対象 | どなたでも、年齢制限なし・お一人での参加も歓迎

定員 | 20名

参加費 | 無料(要申込)

当日の流れ |

- ・受付
- ・おはなし 「こころの健康 3つのポイント」(約30分)
- ・アート体験 オイルパステルで描く(約90分)
- 見せあい・ふりかえり

● アート体験

色を重ねたり、混ぜたりしながら、自由にオイルパステルを楽しみます。

うまく描くことが目的ではありません。完成するのは、世界にひとつだけの抽象画です。



講師:池原 裕可里氏(臨床美術士 2級)

保育園・不登校児支援・高齢者施設・大学病院など、さまざまな場でアート制作のワークショップを実施。感じたままに表現する喜びを大切に活動中。

● おはなし「こころの健康 3つのポイント」

ウェルビーイング(よりよく生きること)は、〈こころ〉〈からだ〉〈つながり〉の3つが、より良い状態にあることです。今回は、その中の「こころの健康」を取り上げ、毎日の暮らしで大切にしたい3つのポイントを、やさしくお話します。

講師:三宅 隆之(ELC代表理事/精神保健福祉士・公認心理師)

エモーショナルリテラシーセンターとは?

子どもから大人まで「自分の感情に気づき、理解し、適切に表現する力」を育むことを応援しています。2011年(平成23年)活動開始。福祉施設を運営し、心理カリキュラムや表現活動を通して、ウェルビーイングの向上を支えています。また、依存症やひきこもりなどで困っているご本人やご家族の相談、学校での講演・授業協力、地域での啓発活動にも取り組んでいます。

お申し込み

電話またはフォームからお申込みください。

エモーショナルリテラシーセンター

0745-24-2050

受付時間 月～金 10:00-17:00



10/1(木)受付開始
詳細・お申込みはこちら▲