



～乳幼児から小・中・高校生の子育て中のお母さん方へ～

# アートセラピーで子育てを楽しく！

どんな子どもに育ってほしいですか？！

子育ては自分育て。

アート表現をとおして「こころを大切に育む」

子育てを考えてみましょう。 絵の上手下手は関係ありません！！

回	月・日	場所	内容
スケジュール	1	5月12日 (金)	私の子育てって?! 色を楽しみながら～自分の子育て観を再発見～
	2	5月26日 (金)	私の育った家族関係 創作の楽しみとともに～子ども時代を振り返る～
	3	6月9日 (金)	子どもの育つ道すじ 描くを楽しみながら～子どもの発達理論を学ぶ～
	4	6月23日 (金)	子どもの心の理解 子どもの表現から～子どもの心を理解する～
	5	7月14日 (金)	私の子育て! アート表現を楽しみながら♪～子育て観を再構築～

【時間】 10時～12時

【対象】 \*子育て中の方、子育てに携っている方や  
プレママもご参加ください。  
\*全5回参加可能な方

【参加費】 1,500円 (5回分:画材費込)  
・HKC 助成事業により特別料金での実施です。  
この機会に是非ご参加下さい。

【託児】 1回:300円(1才半以上のお子さん)  
・お申込み時にご予約ください

【お申込】 お電話、FAX または E-mail にて裏面の申し込み事項をお知らせ下さい。

(E-mail の方は受信設定によりエラーになる場合があります。3日経っても返信がない場合はお電話下さい)



お申込み・お問合せ：特定非営利活動法人ここ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



後援：西宮市・西宮市教育委員会

**Q&A** よく寄せられる質問にお答えします。

**Q**：アートセラピーとは？

**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ています。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**：絵が苦手なのですが、参加できますか？

**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！自信がない！という方でも安心してご参加ください。

**Q**：このセミナーはどのように子育てに活かせるのですか？

**A**：自分にとっての子育てとは？を考えます。表現はその人のこころの声、自分の表現を通して自分のこころと会話をしていきます。また子どもの発達段階や成長をふまえ、“子どもにとって大切なことは何なのか”を考えていきます。



**講師**：安田千壽子（こころアートコミュニケーション理事長）

アメリカの色彩心理学博士ルース・ストロック氏に学ぶ。その後、色彩心理研究家 末永蒼生氏主宰の「色彩学校west」校を立ち上げ、色彩心理講師として十数年にわたり活動する。退社後、アートセラピスト関則夫、表現アートセラピーの小野京子氏に師事し、アートセラピーにも活動の範囲を広げ、幼稚園、高齢者施設、緩和ケア病棟、個人カウンセリングなどで実践、講演活動なども行っている

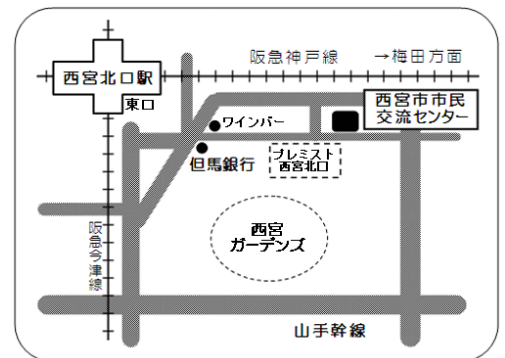
他の講師：こころアートコミュニケーションのカラー&アートセラピー講座を修了後、スキルを活かし活動している。

**\*NPO法人こころアートコミュニケーションとは・・・**

さまざまな方々を対象に“色”・“アート”を用いて自己表現するワークショップやカウンセリングを行っています。阪神淡路大震災直後からのボランティア活動を原点にした子ども対象の自由創作スペース“あとりえ童”、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、老人ホームや緩和ケア病棟、子育てサロンや高校などでワークショップを実施中。

・・・そこで出会った多くの人たちが、色彩やアートを使った自己表現の場を通して、ありのままの自分を肯定し、自身自身に自信がもてるようになっていきました。

会場地図



“アートセラピーで子育てを楽しく” ファックス申込み先：0798-63-1516

ふりがな お名前			才	男・女
ご住所	〒			
連絡先	TEL・FAX	e-mail：		
託児	託児希望の方はお子さんの人数、年齢、性別、お名前、希望される日をお書き下さい。 ( )			