

# 心をほぐすアートセラピー

## 一かたち・色・コラージュで遊ぼう 参加者募集

アートセラピーのワークを通して、

自分の「こころの声」にそっと耳を傾けてみませんか？



子育てやお仕事で忙しく、ゆとりのない毎日が続いているうちに、なんとなくスッキリしない気持ちがたまっているなあと感じることはないでしょうか？

**アートセラピー（芸術療法）**とは、言葉にならないもやもやした気持ちを、絵にしてみたり、粘土やウッドチップなどを用いて形にしたりしながら、自分のこころの内面にそっと触れて見つめ直す方法です。アートセラピーのワークを通して、日常生活ではなかなか気づきにくい「こころの声」にそっと耳を傾けてみませんか？

この講座はアートセラピーのワークを体験してみたい方ならどなたでもご参加いただけます。**託児があります**ので、日ごろは子育てで手が離せない親御さんも、リラックスしてお楽しみいただけます。（「子育て支援講座」とありますが、子どもさんのいらっしゃらない方も歓迎です！）

今回のワークでは・・・

今回は、雑誌やチラシの気になる写真や言葉などを切り抜いて、自分の気持ちにピッタリくるように構成する「コラージュ」というワークを行います。

また、童心にかえってクレヨンでのびのびと遊びながらこころを解放するワークも予定しています。ワークの合間にお茶とお菓子でブレイクしながら参加してみませんか？

**【場 所】** 京都女子大学 U校舎（幼児教育棟）1階 「子育て支援ルーム」

（京都市東山区今熊野北日吉町 35）

**【日 程】** 2017年3月1日（水）

**【時 間】** 午前9時30分～12時30分

**【対 象】** アートセラピーに関心のある方（子育て中の方もそうでない方もご参加いただけます）

**【講 師】** 古池 若葉（京都女子大学児童学科教授）

**【参加費】** 無 料

**【定 員】** 15名（先着順）

**【託 児】** 無 料（託児のお申し込み締切りは開催 1 週間前ですが、締め切り後もお相談ください。）

## 【お申込み方法】

- メールにて「心をほぐすアートセラピー参加申し込み」と件名をつけてお申し込みください。
- 次の①～③の項目についてお知らせください。
  - ①お名前、②ご住所・電話番号・メールアドレス、③託児ご希望の有無（ご希望の場合、託児の必要なお子さんの年齢と人数）。
- （なお、いただいた個人情報は本講座関係業務以外には使用いたしません。）
- お申し込み確認後、担当者より後日ご連絡をさせていただきます。
- **申込み・問い合わせ先：** メール [jidou-koukai@kyoto-wu.ac.jp](mailto:jidou-koukai@kyoto-wu.ac.jp)  
FAX 075-531-7002 （担当： 古池 若葉）

## 【京都女子大学へのアクセス】

### ① JR・近鉄「京都」駅から

八条口からプリンセスラインバスで  
約10分、「京都女子大学前」で下車。

### ② 阪急「河原町」駅から

2番出口から、河原町通りを南へ約80m、  
プリンセスラインバスで約15分、  
「京都女子大学前」で下車。

### ③ 京阪「七条」駅から

東へ徒歩15分。

※交通アクセス

<http://www.kyoto-wu.ac.jp/access/>



皆さまのご参加をお待ちしております♪

