

がんを体験しているあなたへ。
～今年の気持ち、今年のうちに～

★ 色はこころのことば
「色でおしゃべり」
してみませんか？

あなたは今、何色が好きですか？
その色は子どもの頃からずっと好きな色？
それとも病気をしてから気になるようになった色？
誰にでもある色の好き嫌い。
その気持ちはどこから生まれてくるのでしょうか？

当日は「色で気持ちを描く」体験をご一緒に。
たくさんの色の中から使いたいと思った色を選んで、
ぬり絵にすっとのせるだけ…。それがカラーセラピーの第一歩。
色がいつのまにか、心の中にある気持ちを引き出してくれます。
色を活かした、自分でできるセルフケアの方法もお伝えします！
2019年がよりあなたらしい彩りになるきっかけになりますように。

日時 12月13日(木) 13～15時

場所 平塚共済病院 研修棟3F コミュニティB

参加費 500円(材料費込み)

当日のナビゲーター 杉原佳子(すぎはらよしこ)

色彩心理カウンセラー。カラーワークショップ・コーディネーター。
10年前に乳がんを罹患。罹患前からの色彩心理の仕事のお陰で、
手術前、治療中も、色が心の支えになった経験から、現在は、子どもから
大人、シニア世代を対象に、色彩をベースにしたワークショップを開催中。
色の力を使って、自分でできる心を元気にする方法を伝えている。

また罹患時、子どもが未就学児だった経験から、
「がんの親を持つ子どもの心のケア」にも力をいれている。

問合せ&申込み : BEC 吉田またはがん相談・松元 まで