

居場所

おとなのぬり絵で心のリフレッシュ！

いま人気の「おとなのぬり絵」で心の健康を目指します

おとなのぬり絵は、脳の活性化に役立つ・自律神経を整えるなどと言われていますが、
では具体的にどんなふうによいのでしょうか？

ここでは、脳科学や心理学などの知識にも触れ、ぬり絵の心身に及ぼす効果について勉強しながら、
みなさんと楽しくぬり絵をやっています

絵画を描く上での基本的な技術についても、随時お伝えしていきます

開催日 毎月第4水曜日（12月・3月は第3水曜日）午後2時～4時

場 所 ウィッシュ・プロジェクト事務所

入会随時可（前日まで 電話・メールにてご連絡ください）

advisor 名古屋眞澄氏

参加費は無料ですが、1回700円からのご寄付をお願いいたします

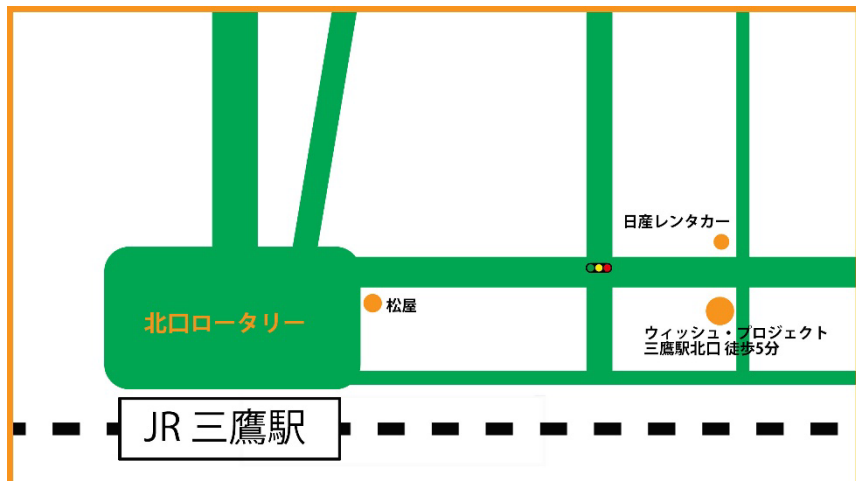
4月より杉並区ゆうゆう井草館でも開催予定

ゆうゆう井草館 杉並区井草 2-15-15

03-3390-9672



ぬり絵作品



NPO 法人 ウィッシュ・プロジェクト

武蔵野市中町 1-22-7

TEL&FAX 0422-90-2516

E-mail office@wishp.info

<http://www.wish-p.jp>

