

2022年6月～  
オンライン  
グループが  
スタート

## 女性のためのオンラインアートグループ

自分のペースと気持ちを大切にしながら、  
アートを通してリフレッシュとセルフケアしませんか  
アートの経験やスキルは一切関係ありません  
素材の感触や色に触れて、ご自宅で、  
ゆったりとしたひとときをお過ごしください



- 【開催日】 原則的に**毎月第2日曜日** 10:30~12:00  
2022年6月12日、7月10日、8月14日、9月11日、10月9日、11月13日
- 【参加対象者】 女性ならどなたでも。アートでリフレッシュやセルフケアをしたい方。
- 【参加費】 1回**1500円** (Paypayまたは銀行振り込みにてお支払いください)
- 【お申込方法】 アップコンセプトHP のプログラム申込フォームより、またはstudio@apconcept.jpまで  
下記を記載の上、お申込ください。参加申込受付メールをお送りします。  
①お名前 ②参加希望日(まとめてお申込も可能) ③メールアドレス ④当日連絡のつく電話番号

### ★本活動について

「女性用アートセラピーグループ」は10年前にNPO法人レジリエンスでスタートした活動です。身近な人から暴力を受けて傷ついた心、その負担を減らすための方法の一つとしてアートの場が開かれていました。2018年より、アップコンセプトが引継ぎ、東京都新宿区の施設の協力を経て活動の運営・実施を行ってききましたが、この2年間は新型コロナウイルスの影響により安定的な活動の継続が困難となっていました。活動継続に向けて「女性のためのオンラインアートグループ」として、形式を対面からオンラインへ、内容をセラピーグループからアートグループへと形を変え、新たなスタートを切ります。

#### ★ファシリテーター (月毎に担当します)

倉石 聡子 (くらいしあきこ) ATR  
米国アートセラピー協会登録アートセラピスト  
公認心理師、臨床心理士。



辻 ロビン (つじろびん) ATR, LPC, CMHS  
米国アートセラピー協会登録アートセラピスト  
オレゴン州認定臨床心理士



### ★テーマ

- 6月12日 「イメージとの出会い」  
7月10日 「自分だけのリラックス空間」  
8月14日 「わたしの手」  
9月11日 「形からの物語作り」  
10月19日 「窓を開けたら」  
11月13日 「なんの地図？」

お申込み・お問い合わせは

studio@apconcept.jp  
www.apconcept.jp

下記をご一読いただき、ご同意の上で参加申し込みをお願いいたします。

- ・参加申込後、お申込者のご都合によるキャンセルには返金できませんのでご了承ください。
- ・オンラインの接続環境、アート作業できる環境をご準備の上でご参加ください。基本画材は各自での用意となります。  
画用紙(スケッチブック)、クレヨン・色鉛筆・マーカー等色塗りができる画材、ハサミ、のりをご準備ください。
- ・アート作成中、カメラとマイクはオン/オフご自由にご参加可能です。創作後には、小グループ(3,4名)に分かれて紹介し合う時間を持ちます。無理のない範囲で進めていきますが、この時間はマイクとカメラオンでのご参加をお願いします。
- ・リフレッシュやセルフケアを目的としますが、治療、セラピーは目的としていません。個別セラピーは別途でお受けしています。