

筆もじアート

わたし、まるごと肯定する日～筆ペンで心をほとく時間～

不安

ネガティブを吐き出してもいい
ポンコツな自分もまるごと愛していい

もやもや

最後に「ありがとう」を書けたならきっと心が軽くなる

- 内容
- ・筆ペンで思いっきり書きなぐる「感情開放の時間」
 - ・ネガティブな言葉を封じて「お焚き上げ」
 - ・自分の「ポンコツ宣言」も「いいところ」も書いてみる
 - ・最後に感謝の気持ちを丁寧に筆で書き、持ち帰れる筆文字作品づくり

令和7年8月1日(金)

時 間 : 10:00～11:30

場 所 : アスティアかさい3階 集会室

講 師 : アトリエ愛満(アミ)

主催 坂田 のりこ氏

定 員 : 10～15名

材料費 : 500円

託 児 : 8カ月～先着5人(要予約・無料)

募集期間:7月25日(金)まで

こんな方へ・・・

- ・つい遠慮してしまう ・子どもや周囲にも「大人の素直さ」を見せていい
 - ・ネガティブな気持ちを吐き出せない ・完璧じゃない自分をもっと受け入れたい
- * ファミサポ会員、ファミサポに関心のある方、育児中の保護者の方
講座内容に関心のある方のご参加をお待ちしています。



加西市ファミリー・サポート・センター
TEL 0790-42-0111 FAX 0790-42-8731
〒675-2312
兵庫県加西市北条町横尾 1000 加西市役所 1 階 こども未来課内
開所日・時間 月曜日～金曜日 午前 8:30～午後 5:15
(土日祝日・年末年始 12/29～1/3は休み)

お申し込みは電話か
QRコードをお願いします

