

2024 第153回  
第154回

# 12月の感性カルチャー教室



ひきこもりやこころの病、障がいがある方たちとともに…  
心と体のバランスを保つための講座や五感をフルに使った感性豊かなプログラムなど  
心のケアや健康・体力維持・就労にお役立ていただける、専門家によるプログラムを  
ご用意しております。ご本人様も、ご家族様もぜひ体験参加をお待ちしております。

12/4  
(水)

## 「アロマ」講座 ～冬におすすめアロマ～

13:00～14:45

講師 五味 久里子  
(アロマコーディネーター・カラーセラピスト)



植物から抽出した精油(エッセンシャルオイル)を使ったアロマ  
セラピーは、心身のトラブルを穏やかに回復し、健康や美容に  
役立てていく自然療法です。植物の好きな香りに包まれて癒されながら  
冬の健康面のサポートにも効果を発揮してくれます。



★当日は、オリジナルブレンドのアロマスプレーを作ってお持ち帰りいただけます。

12/19  
(木)

## 「即興表現」講座 ～年忘れ大即興会～

13:00～14:45

講師 インプロ仙台 PAGE☆ANT 代表 山本 力(りっきー)

人生は即興の連続！インプロ(即興)での思いがけない発想に  
大笑いしたり、予想しなかった失敗に吹き出してしまったり…。  
失敗したら「もういっかい!!」とやり直し！  
思いっきり自分を解放してみましよう。  
知らない自分を発見できて、自らの気づきと思考、即興力を養い  
立場にとらわれないコミュニケーションづくりに役立てます。



★個別相談、見学・体験、随時行なっておりますので、ご予約の上、お気軽にお越しください。

ご予約・お問合せは…



就労移行支援事業所 カラフル

みんなちがって、みんないい。



〒980-0811 仙台市青葉区一番町2-5-22 GC青葉通りプラザ4F  
TEL 022-797-2531 FAX 022-797-2107  
E-mail: info@colorful-sendai.com

