

2025 第167回
第168回

10月の感性カルチャー教室

10/15
(水)

「アートワーク」講座 ~秋を感じるアート~

13:00~14:45

講師 中島 ゆき子

一般社団法人 キボウノオト 代表理事
アートセラピスト

アートを通じて自由に自己表現をすることで、心身の健康を回復させ、成長や自己理解を促していきます。自分の中にある心の内側を線や形、色などのチカラを使って表現し対話していきます。



10/22
(水)

「食パフォーマンス」講座 ~実りの秋の楽しみ~

13:00~14:45

講師 伊藤 百合子 (B-Style代表)
アスリートフードマイスター
食生活アドバイザー



「いつ・何を・どのように」食べたら良いのか?
身体づくりや健康維持のために自分で食事管理ができるように…
実りの秋の「食材」や、秋の「食の楽しみ方」などを学びます。
そしてシリーズ「日本の行事食」秋偏もお楽しみに!



★個別相談、見学・体験、隨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

