

アート自分史

～生きがいを感じて人生を歩む 羅針盤を持ちましょう～

世界に1つしかない自分史をアート作品として部屋に飾りましょう。お正月にそれを見直して、作り直すこともできます。家族や友人に、自分をより良くわかってもらい、日常会話が活発になるでしょう

本日は、アート自分史の考え方を理解していただくセミナーです。アート自分史を参加者が作成する講座は、後日開催予定(3日間)しております。

【講座内容】

1. 自分年表を作成 2. 思い出写真を集めて、記憶のつながり確かめ、自分の歩んだ道の意味を見直しましょう 3. 生きがいを感じられる活動内容を描きましょう

【アート自分史の成果物イメージ】

(ア) 自分年表 (イ) 過去の思い出写真、現在のポートレート、未来の自分が活動している絵姿をスケッチ (ウ) 過去、現在、未来を写真とスケッチで表現した作品に、テキストで簡潔に説明文を付ける (エ) これら項目(ア)、(イ)、(ウ)をそれぞれ額に入れるか、またはボードに留めてアート作品に仕上げる

11月30日(土) 10:30 ~ 12:00

会場 地域共生拠点・あすパーク
神戸灘区中郷町5丁目1 大和公園内

参加費 11月30日は無料、その後参加希望者は
3回分 3000円

定員 10名程度

持ち物 筆記用具など

講師 スマイル相続研究所 税理士 三谷 浩
自分史作成を通じて、生きがいを持てる支援活動をしています

お問合せ 氏名: 三谷 浩 E-mail: zeirishi@keieikeikaku.biz
FAX: 078-856-2796

お申込 地域共生拠点あすパーク TEL: 078-200-5293 Fax: 078-200-5294
aspark@cskobe.com



【主催】 スマイル相続研究所 税理士 三谷 浩
【後援】 認定NPO法人コミュニティ・サポートセンター神戸 地域共生拠点・あすパーク