



## 芸術文化講座

# 「こころのカラー、絵本にぬりえ、ときどきラクガキ」

講師を招いて、色鉛筆を使った創作活動にチャレンジ！

“ツレうつ”の細川貂々さんの『十牛図』のイラストをもとに、

塗り絵やメッセージを創作してオリジナル絵本を作ります。

創作過程で集中やリラックスを体感してみませんか？



**講師** ギャラリーリール つねまつあけみ さん

**日時** 令和5年10月21日、28日

11月4日、11日、18日、25日

※いずれも、土曜日・13時30分～16時30分です。

※全回参加でなくても大丈夫です！



**参加費** 300円 ・ **定員** 10名 ※先着順です。

**参加要件** 精神障害者保健福祉手帳所持 又は  
自立支援医療（精神）を利用の方 又は  
精神科等受診されている方等



**開催場所** 生涯学習センターアクロス ルームA 及び DIC21（第4回目のみ）

【申し込み・連絡先】

のぞみ相談支援センター

〒564-0076 大東市曙町1-24

☎ 072-872-7199

Fax 072-395-1810

[Soudannozomi1@gmail.com](mailto:Soudannozomi1@gmail.com)



👉 QRコードまたは裏面から申し込み出来ます！

“ツレうつ”の細川貂々さん  
のイラストを使った  
ワークショップ

