

山形県ストレスケア事業

# 大人のぬり絵セラピー

音楽& アロマ& 色彩 etc. 五感を感じながら…



日時: H29年 12月15日(金)10:00-11:30  
H30年 1月19日(金)10:00-11:30

場所: アトリエ・クルーヴ 山形市 嶋北1丁目19-11  
定員: 6名 ※要予約 /参加費:無料 /持物:不要

最近すっかり日本でも大人気の「大人のぬり絵」ですが、ぬり絵には自律神経を整える効果が実証されたのをご存知でしょうか？  
脳を活性化したり、ストレス解消…様々な効果をもたらします  
細かい絵柄のほかに 簡単な絵柄や多くの画材を用意していますので  
五感をフルに使いながら 自由に好きだけ描きましょう♪

主催: にじ色キャンパス

ご予約・お問合せ: [info@niji.couleuve.com](mailto:info@niji.couleuve.com)

上記メールアドレスに 希望日(両日参加可)・氏名・住所・メールアドレス・TELを記入の上 お申込み下さい。 ※TEL:023-674-8821 でも問合せ可