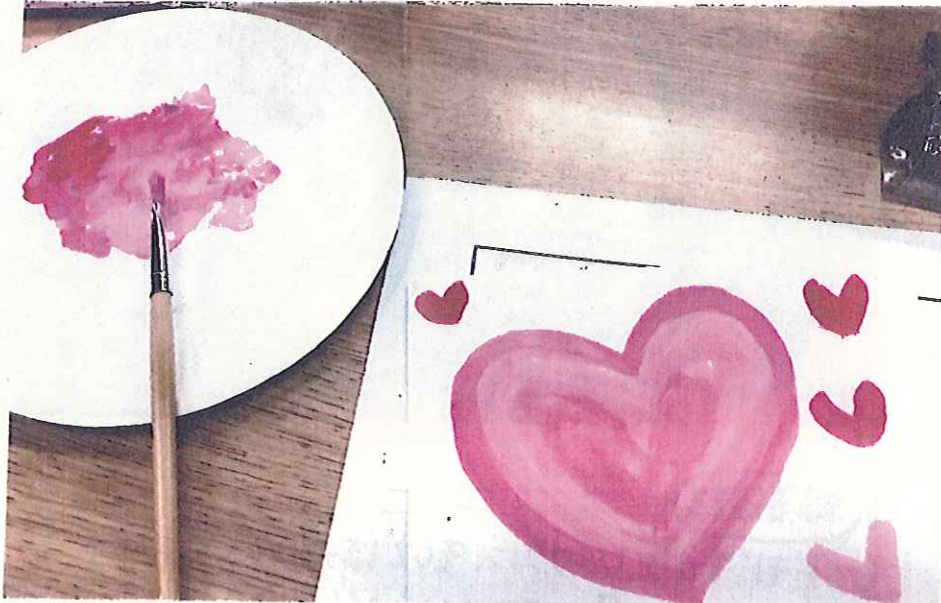


# 笑顔がいっぱい

第3回目の10ブロック母親委員会の活動は、カラー心理カウンセラーの中村宏美先生をお迎えして、『カラー心理セミナー』を行いました。

平成28年度10ブロック母親委員会便り第3号



ハートがいっぱい♡  
赤は、ピンクと赤で塗りました



先生のお話しに興味津々。

\* \* \* \* \*

\* 子育て真っ只中、仕事や家事で忙しい母... 普段なかなか \*

\* 体験ある事のできないカラーセラピーを、とても楽しみにしていました。

\* 『あ、色塗りをしたのは何年ぶりだろう。』 \*

\* 『自分の時間ってなかなかとれないよね。』...

\* ドキドキ・ワクワクしながら、思い思いの色を塗りました。 \*

\* \* \* \* \*



12色の色えんぴつ

今の気持ちに気づくこと、  
感じる事が大切なんですよ。  
中村先生のお言葉がとても印象的でした。

”知れば知るほど楽しい...みんな笑顔がいっぱい”😊

◎色塗りをしてみても...

- 「今の心境や状況に気づいてよかった。」
- 「あ、私って今、こんな感じ...」 「心がつかけていたのかしら...」
- 「今まであまり着たことのない色のお洋服にチャレンジしてみようかな。」
- 「色って おもしろいっ!!」
- 「色って 不思議、すごい!!」
- 「普段なかなか出来ないことが出来てよかった。」
- 「とっても楽しい時間でした。」



今回、小快くご参加して下さいましたカラフルタイム 中村先生。  
ありがとうございました。

編集後記

ドキドキから ワクワクに、そしてほっこり笑顔に。  
中村先生の色のパワーにどんどん引き込まれ  
時間がたつのもあっという間でした。  
色を通じて、心の中を知り、自分を見つめる時間は、  
とても有意義で大切なことだと教えていただきました。  
たまには少し立ち止まって一息ついて😊  
当たり前のように私たちのまわりにある色を、ちよびり  
意識して感じてみたくなりました。

編集・清水小(村松) 協カ・三中(石幾部・加藤・山本) 清水小(森田)