

風土とつながる

メソッド

方法を学ぼう

～ 樹林気功 & 森林アートセラピーの世界 ～

わたしたちのこころと身体は、生まれてこのかた休んだことのない「呼吸」の仕方によっていい方へも悪い方へも傾きます。樹林の中でゆっくりその呼吸をしながら、自分の身体と樹林との気をつながりを試みます。また、森の中にあるさまざまな造形を用いて行うセラピーを紹介してもらいます。

...「こころの森フォーラム」では、生活の身近な場所に多様で豊富な樹林を持っている苦小牧で、もういちど、森の中に自分の大好きな居場所を探って、人と樹林のつながりを求めていきます。...

日 時	平成 21 年 6 月 20 日(土) 10:00～15:00
集合場所	北大苦小牧研究林・駐車場(現地集合：住所 苦小牧市高丘)
スケジュール	10:00～12:00 樹林気功 講師：小山内和子さん(ハーモニー気功会主宰) 13:00～15:00 森林アートセラピー 講師：西川直子さん(メンタルサポートステーションきらり)
申し込み	下記事務局へ 先着 30 名まで 参加費は無料 雨天の場合は中止します 締め切り：6月16日(火)
主催	こころの森フォーラム 2009 実行委員会
/後援	北の森林と健康ネットワーク、医療法人こぶし・植苗病院
*お願い	昼食はご自分でご用意下さい 野行行動にふさわしい服装でご参加下さい



参加申し込みとお問い合わせ

「こころの森フォーラム 2009」実行委員会事務局 植苗病院・佐渡

問い合わせ時間 平日午前 9 時 30 分～午後 4 時 30 分まで

tel 0144-58-2314 fax 0144-58-2564 (裏面=申込み様式) e-mail uenae@m.email.ne.jp

講師プロフィール

小山内和子（おさないかずこ）さん ハーモニー気功会主宰

1942年、旭川生まれ。50歳で気功と出会い、1995年からサークルや教室、福祉施設、公共機関等で気功の伝え手をしている。その他、気功を広く知ってもらおうと、自身の師を招き、学びの場を開催。現在、NPO日本健身気功協会理事、NPO気功協会会員、気功文化研究所研究員、(財)健康生きがいづくりアドバイザー、北の森林と健康ネットワーク会員。

西川直子（にしかわなおこ）さん アートセラピスト

1969年、東京生まれ。英国ダービー大学アートセラピー学科修士。シップリー自然公園内にある地域活動支援センターGHPにて森林アートセラピーを実施。現在、茨城県久慈郡大子町にある地域活動支援センター「メンタルサポートステーションきらり」にてアートセラピーを実施中。その他、有明教育芸術短期大学で芸術セラピー非常勤講師を勤める。

ファックスの宛先

0 1 4 4 - 5 8 - 2 5 6 4

「こころの森フォーラム 2009」 参加申込書

所属機関・役職	
氏 名	年齢：
連絡先	tel email : fax
参加したい活動 (両方またはどちらかに をつけてください)	樹林気功 森林アートセラピー