

パステル曼荼羅  
ワイヤーアクセサリ作成

■ 指導

□ 披露

□ 講演

いずみ きみえ

泉 喜美枝

活動内容	絵を描くことが苦手な方でも簡単にできるパステル曼荼羅の書き方を広める活動をしています。	
資格・経歴 活動歴等	<ul style="list-style-type: none"> <li>・2017年より「彩遊楽」桑原美恵子先生にパステル曼荼羅を学ぶ</li> <li>・2020年より自宅サロンにてパステル曼荼羅レッスン開催</li> </ul>	
活動の対象	<input type="checkbox"/> 未就学児 <input type="checkbox"/> 親子 <input checked="" type="checkbox"/> 小中学生 <input checked="" type="checkbox"/> 一般 <input checked="" type="checkbox"/> シニア	<input type="checkbox"/> どなたでも
活動可能日	<input type="checkbox"/> 月 <input type="checkbox"/> 火 <input type="checkbox"/> 水 <input type="checkbox"/> 木 <input type="checkbox"/> 金 <input type="checkbox"/> 土 <input type="checkbox"/> 日	<input checked="" type="checkbox"/> 相談可

具体的なプログラムの一例

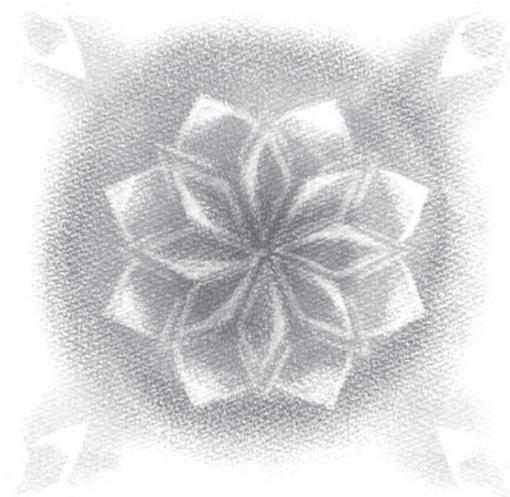
タイトル：曼荼羅を描いてみよう

内容：パステルを使って曼荼羅を書いてみる

定員：6名

所要時間：2時間

材料費：曼荼羅作成用紙1人100円、パステル100円(使用料として)、その他、消しゴム、ティッシュ、コットン作用料として100円



街のアドバイザーから

「色を選んで塗っていくという作業が自律神経のバランスを整えてストレスの軽減にもつながる」とも言われています。自分の好きな色、気になる色を心ゆくまで使い、好きな様に描くことで癒し効果もあり、写経の様な自分と向き合う時間も得られます。