

色でつながる 心と心。

あなたの

# 今日の気持ちは 何色ですか？

～ 色育® で見つめる自分の心と大切な人の心～

色に  
正解がないように  
心にも正解は  
ありません



## ゲートキーパーネットとやま 主催

ゲートキーパーは、悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聴いて、必要な支援につなぐ人です。

### こんな方におすすめ！

- ☑ 自分の気持ちを整理したい
- ☑ 人との関わり方を見つめたい
- ☑ 家族や友人を支えたい
- ☑ ゲートキーパーについて知りたい
- ☑ 色が好き



### 色育®のカラーカードを使った ワークショップ

色のメッセージをヒントに、自分の気持ちに気づき、  
人とのつながりを見つめる時間を過ごしませんか？

#### このワークショップで体験できること

- 📍 色彩心理で「今の気持ち」を表現する
- 📍 相手を理解するヒントを見つけ、より良い関わり方を考える
- 📍 安心して話せる場で、心を整える



安全基地のような  
温かい場を  
大切にしています

ここは、安心して自分を語り、  
ありのままにいられる場所。  
一人ひとりの想いを大切に  
寄り添います。



### 色育®を通して育まれる 5つの力



自己理解  
自分の気持ちに  
気づく力



他者理解  
相手の気持ちに  
想像する力



表現する力  
感じていることを  
言葉や色で表す力



つながる力  
信頼関係を築き  
支え合う力



回復する力  
心を整え、前に  
進む力

参加  
無料

日時 6月28日(日)

10:00 ~ 12:00

会場 サンフォルテ 研修室 308

申込み不要・お気軽にご参加ください



### ゲートキーパーとは？

悩んでいる人の変化に気づき、声をかけ、  
話を聴いて、必要な支援につなぐ人です。  
特別な資格や能力は必要ありません。  
誰もがなれる、やさしいサポーターです。



お問い合わせ eclat.mk@gmail.com (神田)

色育インストラクター  
神田 正枝