



心と脳が喜ぶ♪

3色パステルアート

検索



3色パステルアート

3色パステルアートはソフトパステルを用いたアートセラピーです。

使うのは「赤」「青」「黄」の3色だけ。はじめてでも簡単に思わず自慢したくなるような作品が仕上がります。



◀月刊誌「生活と福祉」表紙絵連載中



はじめてでも簡単

3色パステルアートの絵には、お料理と同じように『絵のレシピ』があります。

インストラクターがひとつずつ丁寧に描き方をお伝えするのははじめてでも思わず飾りたくなるような作品が描けます。

3色しか使わないので、色がにごることはありません。それでも混色によって個性的で魅力的な色が生み出されます。

脳に効く！

五感と右脳を刺激しながら描く独自の技法で作品を描きます。

脳波の実験でも、3色パステルアートの技法を用いた創作活動の効果が実証されています。緊張状態を示すβ波が7割以上の人で減少、リラックス状態と記憶力が高まっている状態を示すθ波は9割以上の人で増加していることが分かりました。

3色パステルアートは脳が喜ぶアートです。

コミュニティ作りにも

3色パステルアートではみんなで同じ自己表現の場を共有することができます。出来上がった作品を見せ合うことで会話も弾み、コミュニティの活性化に繋がります。

絵は描いたその人の分身のような存在。今まで周りの人への興味が薄かった人も、絵を通して様々な人と関わることでお互いにその存在を認め合い、自己肯定感が高まります。

3色パステル体験会

2月18日（火） 10時～1時間程度 5名様

2月22日（土） //

お1人様500円で体験していただけます。

初めての方でも楽しめるグラデーションを使った虹と夕焼け画の2枚を描いていただきます。キッズスペース有ります。パステルアートを体験されたいお子様は概ね4歳以上から参加できます。