

# 大人のための 絵本セラピー ～自分らしさが見つかると絵本の旅～



え：うしじま ひろみ ぶん：マツダ ミヒロ

子育てをしているとき、  
仕事と家事を両立させようとがんばっているとき、  
イライラしてしまうことがあります。

そんなとき、私はある特効薬を見つけました。  
それは、『非日常を味わうこと』  
風を感じ、森を歩く。  
海を眺め、波の音に耳を傾ける。  
そうしているうちに、ふっと心の奥にある  
**本当のじぶんと出会える瞬間が訪れます。**

今回お届けするのは、絵本『ちきゅうからのしつもん』を使ったワークショップです。  
非日常を味わう旅のように、  
しつもんに答えるだけで、ちきゅうからのギフトをたくさん感じることができます。  
そして、**自分らしさが見わかります。**  
子どもたちや家族との会話が今よりずっと楽しくなり、温かい心で満たされます。  
そんなしあわせを分かち合える時間をお届けします。

**6/28 SUN**  
**13:30~15:00**

会場：エセナおおた 3階 音楽室  
参加費：500円  
絵本『ちきゅうからのしつもん』をプレゼント  
お申込み：スマイルサポート（柳田）  
mail@smilesupport.net  
事前申込制 定員30名



実施団体： **SmileSupport** 家族法務カウンセリング スマイルサポート  
未来の子どもたちの笑顔のために

## エセナフォーラム2015

主催：大田区立男女平等推進センター「エセナおおた」

会場住所：〒143-0016 東京都大田区大森北 4-16-4 TEL03-3766-4586 Fax03-5764-0604

E-mail: [escena@escenaota.jp](mailto:escena@escenaota.jp)

# 夫婦と家族の未来を創るスマイルサポートです

未来の子どもたちの笑顔のために  
あなたの中にあるあなたらしい答えを一緒に探します。



スマイルサポートは市民法務の専門家である行政書士チームです。  
そして、相談者のココロの声をしっかり聴くカウンセラーでもあります。  
問題を解決することにとどまらず、その先の「自分らしい生き方」「家族への想い」をしつもんにより引き出し、一歩踏み出すサポートをしています。

ワークショップが終わったとき涙を浮かべながら



「ステキな時間をありがとうございました！」

と、優しい笑顔でおっしゃってくださった、子育て真っ只中のママ。

いったい何が起きたのでしょうか？

私は絵本を使って、しつもんをただけ。

参加者の皆さんは、しつ蒙んの答えを書いて、伝え合っただけ。

**絵本には不思議な力がいっぱいあります。そして、大人には特別な効果があるのです。**

色彩と絵と短い文章。

その行間だったり、空間だったり、今までの人生に投影されて

忘れていたこと、だいににしまっておいた想いを引き出してくれるのかもしれない。

私たちは、**ここに余裕をもって、おだやかに子育てしたい！と望むママを応援します。**

## ●保育申込み方法

「エセナフォーラム 2015」ワークショップ中、  
1歳以上未就学児のお子様を、ワークショップ 1回  
あたり 1人 600円でお預かりします。

●申込み方法 E-Mail または FAX にて

①ワークショップ名 ②保護者の郵便番号・住所  
③名前（ふりがな）④連絡先 ⑤お子様の名前、  
月齢 ⑥保育資料送付のため FAX 番号または PC メール  
アドレスを記入してください。

\* 個人情報 は適切に管理し、目的以外では使用いた  
しません。

●申込み日程

先着順（同時間帯開催ワークショップごとに定員 15  
名です）

申込締切：6月20日（土）

●申込み先

大田区立男女平等推進センター「エセナおおた」

FAX：03-5764-0604

E-Mail：escena@escenaota.jp



JR京浜東北線 大森駅より徒歩 8 分  
駐車場はありません。