

新しい時代・新しいわたし、みつけよう

# ボディ・マップ ワークショップ

2019年 6月 8日 (土)

午前 10 時 ~ 午後 5 時 (お昼時間を挟みます)

## クエスト総合研究所

(東京都品川区大崎 4-5-37 山京目黒ビル 5 階)

参加費: 15,000 円 (材料費含む)

申し込み方法: mioinakayama.dmp@gmail.com

人数: 最大 8 人 お申込み締め切り 5 月 30 日 (木)

自分の心や体を、動きやアートを通して理解するワークショップ、ボディ・マップ (Body Map) を体験してみませんか。ボディ・マップ・ワークショップでは、動くこと (または静止すること) により体で感じた感覚や生まれたイメージを、等身大のキャンバスに描き、自分について理解する試みです。キャンバスには、自分が感じたままを、自由に彩ったり、装飾したりして自己を表現します。



## 動く、感じる、彩る

参加者はファシリテーターのガイダンスによって、動いてみたり、横になって体の中で感じていることを探求してみたりします。その後、自分の体のサイズにあわせてキャンバスの大きさを決め、自分の好きなポーズに合わせて体のラインをマーキングをします。その後、絵具、クレヨン、パステル、布切れなどを使い、自由に色を加えていきます。

このワークショップでは、“芸術的なきれいな絵”を創作することが目的ではなく、自分の体がどのように感じ表現したいか、ということが大切ですので、ダンスや絵のスキル経験はまったく必要ありません! 動いたり、絵が好きの方、自己探求をクリエイティブに模索してみたい方、ぜひご参加ください。

[www.intertwinebodymind.com](http://www.intertwinebodymind.com)

(MA, UKRDMP)  
日本ダンス・セラピー協会認定  
セラピスト。ボディ・マップ・ファシリテーター  
(Body Map Mentorship Training 終了)  
ロンドン大学大学院ゴールドスミスにて  
ダンス・ムーブメント心理療法師修士課程を修了。  
立教大学卒業後、インド現地にて、十一年間、児童労働  
者やストリートチルドレンの社会復帰と教育支援活動  
を行う。ロンドン在住。現在十代の子どもたちが生  
活する精神病棟でムーブメントセラピーを実践。



ファシリテーター (なかやまみおい)

フォースター中山実生

英国ダンス・ムーブメント・サイコ  
セラピー協会公認セラピスト。

主催: アートファクトリー & Intertwine Body and Mind

協賛: 増山麗奈美術館



申し込み方法: 予約をメール (mioinakayama.dmp@gmail.com) にてお願いします。  
申し込み書をお送りいたします。記入し、お振り込みを完了された際、  
お申込み完了とさせていただきます。

お申込み締め切り: 2019年5月30日(木)

キャンセルに関しましては、1週間前までは50%、1週間前から前日までは80%、  
当日は100%キャンセル料がかかりますことをご了承下さい。

必要なもの: 汚れてもよい、動きやすい服をご用意ください。

## 私たちも企画をサポートしています！



藤永マキ

日本アディクションプロフェッショナル  
認定協会  
アディクションカウンセラー  
日本五感療法協会  
アロマ音叉療法士



増山麗奈

画家・映画監督  
岡本太郎現代芸術賞入選  
一般社団法人ユーラシア国際映画祭代表  
アースアートファクトリー 代表

## 【協賛お願い】

英国では芸術療法の専門家により、啓発活動も進み、アート、ダンス、ドラマ、音楽セラピーが現場で取り入れられています。一方、日本の精神病棟では、残念ながら現在まで薬物中心の精神治療が主流です。精神疾患と診断された場合、中枢(脳)をターゲットにした「向精神薬」による治療が始まります。さらに社会的入院も伴い、長期間の処方一般的で、患者の中には薬に依存してしまう問題があります。心が病んでいるその原因追及をすること、自分自身を知ることによってその状態から解放されることよりも、薬で治癒しようという方が優先されているのが現実です。日本でも芸術療法が認識されつつありますが、現場での実践にはほぼ遠い状況です。

ファシリテーターの中山は日本の精神病棟で働いた経験から、日本ではメンタルヘルスへの偏見をなくし、一般に理解を広める啓発活動の重要性を感じました。英国で実践するスキルを少しでも日本の当事者の方にアウトリーチすることがこのプロジェクトを立ち上げた強い動機となっています。

また、今回の企画にあたり、長年アートを通して繋がってきた画家・映画監督増山麗奈と薬物治療からの脱出に取り組むカウンセラーの藤永マキという二人のエキスパートによりプロジェクトは成り立っています。

募集する資金は、1メンタルヘルスの当事者の方のワークショップ参加費を応援すること、2会場費、3アート材料代(キャンパス、ペンキ、絵具、小物、布切れ等)、4その他イベントにかかる経費に使われることが目的です。目的1がこのプロジェクトの最大の目的であり、それは、そのような立場にある方たちの中には障害者手当などに頼っている方もおり、必ずしも経済的に積極的にワークショップに参加できるとは限りません。彼らが少しでも参加できますよう、皆さんによるご支援をお願いしたいと思います。一口10000円から募ります。

ゆうちょ銀行(428)(普通)口座番号 0525534 口座名: マザーアース

