

生きづらさを抱える女性を

支援する方々のためのダンスセラピー体験会

生きづらさを抱える人々と関わる現場において、支援する側が疲弊しがちなことはありませんか？ 「身体がかたい」「激しい動きは苦手」「ダンスなんてハードル高い」と思われる方も「いつの間にか踊っていた」「これをダンスと理解していいんだ」と感じる体験をして、心と体をリセットしてみましょう！

ダンスセラピストのマニシアと共に踊っている難病の子どもたちの一人に、ベットで横たわったまま音楽に合わせて、人差し指だけ微かに動かす男の子がいます。彼の踊りは、世界で一番小さくて大きなダンスだと言えるでしょう。

今回は主に女性を支援する活動/仕事に携わっている方々やダンスで支援することに興味のある方々を対象にダンスセラピーの体験会を行います。疲れた身体と心をほぐし、ダンスの可能性を感じていただけたらと思います。最後に感想をシェアする時間も持つ予定です。



日時：2023年7月16日(日) 11:00am~13:00pm (受付：10:40開始)

対象：主に女性への支援活動を行なっている方々やダンスで支援することに興味のある方々

会場：東京・武蔵境駅から徒歩3分のスタジオ（詳細は、予約受領後にメールします）

参加費：2,200円 保険料含みます（当日現金支払 なるべく釣銭のないようにお願いします）

募集人数：20名 要予約。

服装：動きやすい服装（必要であれば、ルームシューズ、滑りにくい靴下など）

その他：飲料水、タオルは各自持参をお願いします。

主催：マニシア、NPO out of frame

協力：日本ダンス・セラピー協会（JADTA）

申し込み、問合せ先：

outofframe@jcom.home.ne.jp

講師 マニシア

（日本ダンスセラピー協会 認定セラピスト）

ダンサーとしてNYで長期間活躍した後、福岡に拠点を移し、多世代多国籍の参加者たちとのダンス活動を行う。国内外で、ワークショップや公演を通じた医療、福祉、教育におけるダンスを展開。<https://www.manizia.com>

JADTA助成事業