

# チーム・ダンスセラピーAKITA

## Q1. どんな活動をしていますか？

ダンスセラピーとは、音楽にのせて心とからだを動かし、からだ全体に心地よく働きかけることで、心身の不調などを軽減し、生き生きと生きられるサポートをする芸術療法です。福祉施設で、地域の交流プログラムで、健康増進委関わるイベントで、職員研修でのリフレッシュ・交流プログラムで・・・様々な場面に合わせてご依頼を受け、ダンスセラピーを行っています♪



大人対象クラスの様子

## Q2. 活動する上で、 どんなことを心がけていますか？

参加される方々の状況や、その会の目的に合わせてプログラムの内容を組み立てるよう心がけています。リラックスしたいのか、楽しみたいのか、どんな音楽が好きなのか、体調はどうかなど、その場面に応じた内容を行います。あらかじめ準備もしますが、当日の雰囲気などに合わせて内容を臨機応変に対応させるようにしています。



子ども対象クラスの様子

## 私たちの活動に参加しませんか！

### 団体からのPRメッセージ

ダンスセラピーを実践するダンスセラピスト及び作業スタッフ(現場でのアシスタント、書類作成、会場手配、広報宣伝など)を募集します！！会員には交通費支払いあり。



代表の渋谷智美

### 活動情報

- 日時 定期クラス開催。詳細はお問合せまたはインスタグラムにて。
- 場所 八橋ほか
- 内容 ダンスセラピー
- 対象 小学生以上どなたでもOK！

### 問合せ先



団体名 チーム・ダンスセラピーAKITA

代表者 代表・ダンスセラピスト 渋谷 智美

TEL 050-3187-3144(渋谷または斎藤につながります。)

メール dancetherapyakita@yahoo.co.jp

Instagram satomi\_dancetherapy\_akita

令和7年1月