

# 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、健康増進に関わるイベントで、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



子ども対象クラスの様子

## Q2. 活動するうえで、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で行います。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。

## Q3. ひとことPRをどうぞ！

秋田で初めての、ダンスセラピーを行う団体です。体験してみたい方、いつでもウェルカムです☆ダンスセラピーの講師派遣も承ります。個人様、団体様、お気軽にお問合せください！（講師資格：日本ダンス・セラピー協会認定ダンスセラピー・リーダー、社会福祉士）ときどきランチとお喋りを楽しむ懇親会も行っています。



## 私たちといっしょに活動しませんか！

### 渋谷 智美 代表からのメッセージ



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。

### 活動情報

- 活動日時 月イチクラス：月に1回  
(休日の午後が多いです)  
3月は23日(土)15:15~16:30
- 活動場所 にぎわい交流館AU3階  
パフォーマンス工房2
- 活動内容 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6年1月