

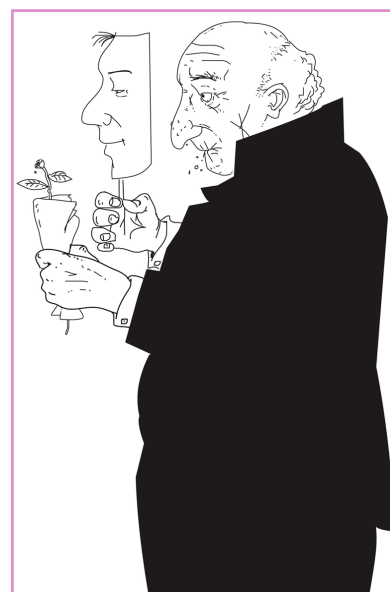
ボディ・マインド・ヘルスセンター 特別講座
高齢者のためのダンス/ムーブメントセラピー III
—痛みの緩和について—

ダンス/ムーブメントセラピー（以下DMTと略す）はからだ全体を個性として、個人の表現動作を活用しながらこころとからだの調和を促し、心身の健康に貢献していく心理療法の一つです。

高齢者のためのDMT III.では「痛みの緩和について」探索していきます。高齢になると心身に何かの不調あるいは病気など持っている方が増えてきます。治療に通い投薬を続けている人も少なくありません。

高齢化の進む現代において、高齢者が基本的に必要とすることは何でしょうか。それは普通に暮らす一般の人たちと同様に家族や人とのつながり、栄養や運動と休養の充実、慰安や軽労働などが掲げられるでしょう。

人はさまざまな人生経験によって痛みを和らげる智慧も持っています。一人ひとりが「智慧の引き出し」をどのように使い、新しい試みも取り入れながら一つの引き出しとしてもらえるのか…こうした視点で考えていきたいと思います。



主な活動の流れ

- *からだの視点から
- *事例をもとに
- *DMTの可能性 他

日時：5月12日（土）14:00~18:00

場所：スタジオ ムービングアース（東京都世田谷区赤堤2-5-9）

小田急線「豪徳寺駅」下車（急行は止まりません）

受講費：早割（4月27日締切）¥5,000- 通常¥8,000-

講師：荒川 香代子 MA, BC-DMT(アメリカダンスセラピー協会
認定ダンスセラピスト指導者資格)

日本ダンスセラピー協会認定ダンスセラピスト、
ボディ・マインド・ヘルスセンター代表

主催：ボディ・マインド・ヘルスセンター <http://bmh-c.org>

連絡先：〒252-0176 神奈川県相模原市緑区寸沢嵐3021-4

TEL & FAX: 042-685-0870

お問い合わせ/お申し込み： info@bmh-c.org 又は kayoko51@gmail.com

（荒川まで）