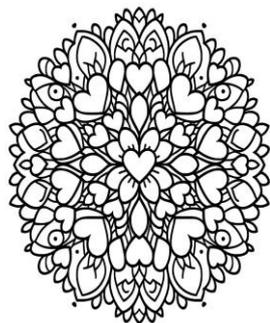


まんだら

曼荼羅ぬりえ体験教室

講師 野口 暁子先生



曼荼羅(まんだら)塗り絵をやってみませんか？
曼荼羅の模様を塗り絵として複雑で、対照的な模様
に色を付けることで自然と集中力が高まります。
また、脳に良いリズムを与え心身が落ち着いてリラッ
クス効果があるといわれているのです。一度始めると
やみつきになる楽しいぬりえ体験です😊



開催日時 : 令和8年4月18日(土)10時~11時30分

場 所 : 今泉さわやかセンター 2F 会議室

定 員 : 15名程度(先着順)

持 ち 物 : 色鉛筆(12色)、筆記用具、飲み物、
ハンドタオル

参加費 : 100円

対 象 : 鎌倉市在住の小学生以上の方

申込方法 : 4月1日(水)9:00~今泉さわやかセンター直接
又はお電話(45-4611)でお申し込みください。

アクセス : 大船駅東口より江ノ電バス「鎌倉湖畔循環」
今泉不動バス停下車徒歩2分

※駐車場はございません。公共交通機関をご利用下さい。