

★ユニバーサルおでかけマガジン★



# まめ報

vol.  
18

2016 September

★8月のガイドレポート

レポート  
**01** 2016.8.7 日  
さわやかスポーツ体験たいけん

レポート  
**02** 2016.8.14 日  
タイルでコースターを作るつく

レポート  
**03** 2016.8.20 土  
「う・た・み」ワークショップ  
(動いて、食べて、磨く)

★11月のチームガイド予告

★今月のお知らせ



# HELLO, UNIVERSE.

「Hello, Universe.」ビーンズが目指すのは、全ての人が対等でフラットにコミュニケーションが取れる社会です。そんな社会の実現に向けて取り組む活動の紹介や報告などを関係者の皆様や一般の方々に届けるために、本誌「まめ報」を毎月発行しています。本誌をお読みになっている方々に、「Hello, Universe.」の世界観を感じて、理解・共感していただければ幸いです。



## ビーンズ交流会

ビーンズに関わる方々の横の繋がりをつくることを目的とした交流会です。ビーンズに関わる方なら、どんなでもご参加いただけます。一般の方も参加可能です！現場で見たことあるけど、話をしたことない。／あの人のことをとっと知りたい。／会社や社員の想いを聞きたい。／立場の異なる方とふれあいたい。／人の輪を広げたい。などなど、皆様のご希望にお応えするイベントにしていきます。飲み食いしながら、気軽に話してみませんか？途中での入退室も自由。皆様のお越しをお待ちしています！

- 日 に ち：10月26日(水)
- 時 間：19:00～21:00 (開場18:30)
- 場 所：Art&Music豆庭  
(渋谷区幡ヶ谷1-8-4リッツパラス202)
- 参加費：1,000円
- 持ち物：飲食物、名刺、活動等アピールできるものなど
- 対 象：ビーンズに関わる方々、一般の方
- その他：飲み物（酒類含む）や軽食はこちらでもご用意致しますが限りがあります。  
また、ぜひ、職場の方やお友達などをお誘いください。



★参加ご希望の方は、担当までご連絡ください。Tel : 03-638-3101 / Mail : info@beanshelter.jp



### —今号の1枚について—

今回のリニューアルにあたり、連載してきた「The Waters」もパワーアップして表紙写真でみなさんにお届けすることとなりました。

丘の頂上に一人の男の子が立ってこちらを見ているこの写真は、バスの車窓から撮った一枚です。見知らぬ男の子ですが、いかにも私がある場所に行くことを知っていて、優しく待っていてくれるようで「早く彼のところへ行こう」という気持ちになった瞬間でした。

この「まめ報」を手に取った人が「来週はあの人とあそこへ行こう！」そんな気持ちになるようにこれからもドキドキする一瞬を表現していこうと思います。

Photographer's profile / 宮腰まみこ 長野県飯綱町出身。大学卒業後、デザイン会社で写真雑誌を手がけたことがきっかけで写真家の道へ。スタジオ勤務、アシスタントを経て独立。RICOH×PHOTOGRAPHERS SUMMIT「恋するGR」フォトコンペグランプリ受賞。雑誌、広告、映画スチール、ドキュメンタリーなど幅広く活動中。

# レポート 01

## 2016.8.7 日 さわ たいけん 爽やかスポーツ体験

●主催：渡邊佳央理 & 武田久美



8月7日曜日に渋谷区スポーツセンターの武道場にて爽やかスポーツ体験を開催しました。

久しぶりの利用者さんとの再会もあり、和やかな雰囲気での始まりでした。準備もヘルパー含めみなさんで進めていただきました。

始めによく呼ばれているあだ名を書いた名札を付けてもらい、お互い名前を呼び合いコミュニケーションをとってもらうこと、自分のペースに参加してもらうこと、スポーツで動き回るのでヘルパーみんなで協力して見守ることを意識して行いました。

はじめは、名前を覚えるのに必死なところもありましたが、準備体操から風船キャッチボール、風船運び、ゲームなどを同じことを2回づつやり、段階を踏みながら、みんなの様子をみながら進めて行ったので、無理なく自然とコミュニケーションが取れていったと思います。

風船運びでは、布に風船を乗せて"風船を早く運べたチーム"が勝ち、などと競争も取り入れることで、みんなが夢中に声を出し合せて応援したり、運動会の歌を歌ったり、とても盛り上がりました。その他には、紐を1人3本身体のいろんなところに付けて、全員でしっぽ取りゲームをしました。

みんなで、ワイワイ楽しい空気になると、なんだ？楽しそう？！と様子を見てた方も途中参加してくれたことも嬉しかったです。

最後に整理体操を行い、ワークショップは、終了しましたが、怪我も無く、笑顔も絶えず、身体を動かす事の良さを再確認出来、とても楽しく開催できたと感じてます！



榎山香織

「楽しく、仲良く、ケガなく」を目標に行われました。ペアでする体操や、風船などを使った、みんなで協力しあうゲーム。利用者さんだけでなく、ヘルパーも子供時代に帰ったように楽しんで参加していました。もちろんのんびり休憩してもOK♪  
爽やかな汗をかきたい方、ぜひ参加してみてください！



レポート  
02

2016.8.14 日

## タイルでコースターを作る

●主催：尾角真未

モザイクタイルと木枠のコースターの材料で、モザイクタイルコースターを作りました。

木枠のコースターには事前に、接着剤がはみ出ても大丈夫のようにマスキングテープをして、色とりどりのモザイクタイルを用意しました。

参加者の方は、タイルの大きさや色選びから始め→タイル接着→目地剤→マスキングテープ剥がしという手順で制作しました。

乾燥を待つ時間、参加者の方は手持ち無沙汰なようだったので、タイルの色分けやお掃除など、手伝ってもらったのですが、皆さん快くやって下さいました。

何よりも、ヘルパーさんが夢中になってくれたのが印象的でした(笑)

タイルの色の選択から個性が表れ、その組み合わせも面白く、とても素敵な作品が出来ました!

どれも売物のようにキレイな仕上がりになり、ビックリしました。

日々の生活の中でも大切にに使ってもらえたら嬉しいです。



はじめて、コースター作りをしました。  
タイルにはたくさんの種類があり、様々な色使いができたので、どんな色を使おうか、考え楽しく作ることができました。



レポート  
03

2016.8.20 土

「う・た・み」ワークショップ（動いて、食べて、磨く）

●主催：渡邊麻里子

今回は動いて、食べて、磨くと日常生活の中でもみなさんが行っていることを年齢や性別がバラバラの中、約10名ほどで行っていただきました。

協力して楽しむ姿、美味しそうにお弁当を食べる姿、一生懸命、歯を磨く姿。3つのテーマを楽しんでいただけたかと思います。

初めてのワークショップでしたので、不安もありましたが、ドキドキ、ワクワクの、とってもいい場となりました。ありがとうございました。



8月20日に参加させていただいた「う・た・みワークショップ」は、まさにたくさん運動して、たくさん食べて、歯を磨くという、シンプルかつ充実した、とても楽しいワークショップでした。特に最後の歯磨きコーナーでは、自分が今までどれだけちゃんと歯を磨けていなかったかを知った上、正しい歯磨き術も教わったので、とても勉強になりました。



前田麻夕子

# 週末フリーガイドスケジュール

各企画への参加は自由ですので、利用者もヘルパーもプライベートでご家族やお友達とご参加いただくこともできます。一般の方も参加可能です。

## こうらく あき たの 行楽の秋を楽しむ！

### Activity



11/3 木祝

## なりた ぼくじょう バーベキュー 成田ゆめ牧場でBBQと どうぶつ ふあ 動物触れ合いツアー

- 主催：馬場俊明（現役旅行会社）
- 対象：誰でも
- 場所：屋内 屋外 成田ゆめ牧場
- 参加費：一人5,000円  
（東京～滑川駅往復乗車券、ゆめ牧場入場券、BBQ付）
- 持ち物：障害者（療育）手帳（忘れたら参加費が高くなります）
- 集合場所：9:00 東京駅丸の内地下中央改札口  
（18:20 解散予定）

### 主催プロフィール／馬場俊明（現役旅行会社）



普段は、旅行会社に勤務しビーンズのガイドヘルパーでもあります。利用者のご家族様から、「なかなか遠出の旅行ができない」という声を頂き、旅行会社として何かできないかと考え、いろんな経験をしてもらいたい、という気持ちから始まったピクニックツアーも今回で5回目になります。

昨年でも実施した、成田ゆめ牧場を今年も実施します。現役旅行会社社員が東京駅から同行し、安心して旅行が楽しめるのがモットー!!東京駅からみんなで電車で移動し、成田ゆめ牧場へ。BBQを楽しんだ後は、動物に触れ合ったり、別途料金はかかりますが、乗り物に乗るのもよし、味覚体験（さつまいも掘りやソーセージ作りなど）に出掛けるのもよし、自由行動も設定しています。参加費には、「東京駅からの交通費・成田ゆめ牧場の入場料・BBQ」がついて大変お得になっています。ちょっと遠出になりますが、この価格の4,000円/1人は、ビーンズだから出来る格安企画です。当日の流れですが、東京駅9:20発の総武線快速で成田乗換の滑川駅→無料送迎バス→成田ゆめ牧場でBB→自由行動→無料送迎バス→滑川駅から成田乗換で東京駅へ 18:10頃到着後、18:20分頃解散（予定）是非、参加してみてくださいはいかがでしょうか?※集合解散場所へ直接お越したくか、ヘルパーがご自宅までお迎えに伺います。



## 11/3 木祝 むさしむらやま ライブペインティング in 武蔵村山

- 主催：糊代 norishiro
- 対象：どなたでも
- 場所：屋内 屋外 大南公園
- 参加費：一人 500 円
- 持ち物：汚れてもいい服装、タオル
- 集合場所：武蔵村山市緑が丘 2542

### 主催プロフィール／糊代 norishiro



公共施設にてワークショップを開催しながら、小規模多機能・グループホーム・有料老人ホーム・作業所など様々な分野の福祉施設でも出張して行なっている。2016年6月にはNPO法人認証予定。

野外で絵の具を使って、思いっきりはじけよう！上手く描こうとか綺麗に描こうなんて余計なことは考えずに、体の赴くままに筆を動かそう！時間内は出入り自由です。入場料と引き換えに傘帽子をお渡しします。是非ともご参加ください！



## 11/5 土 がくえんさい い 学園祭に行ってみよう ～おいしい・たのしい・だいすき～

- 主催：東洋大学バリアフリーサークル「歩み」
- 対象：どなたでも大歓迎
- 場所：屋内 屋外 東洋大学白山キャンパス
- 参加費：一人 250 円
- 持ち物：お金・タオル（雨のときは雨具）
- 集合場所：11～16 時随時 白山キャンパス内

### 主催プロフィール／東洋大学 バリアフリーサークル「歩み」



東洋大学バリアフリーサークル「歩み」は、「障がいの有無に関わらずみんなが楽しめる空間」を目指して活動をしています！ピーンズのチームガイド企画にも何度か関わっています！

こんにちは！東洋大学バリアフリーサークル「歩み」です！今回は僕たちが通っている東洋大学の学園祭「白山祭」にみなさんを招待して、みなさんと一緒に楽しみたいと思っています！出店団体はたくさんあるので、自分の好きなものにきっと出会えます！当日は、歩みのメンバーがみなさんを案内するので安心してください！僕たち「歩み」は、わたあめ屋さんをやっています！あたあめを作る体験もできるかも！？



## 11/6 日 <sup>きょうしつ</sup>アリーのパン教室

- 主催：パン娘の会
- 対象：全員
- 場所：屋内 八雲住区センター
- 参加費：一人 1,500 円
- 持ち物：エプロン・お手拭きタオル・持ち帰り袋
- 集合場所：13 時 八雲住区センター

### 主催プロフィール／パン娘の会



パン娘の会の主催者「アリー」です。焼き立てのパンを作って食べるのが、何より好きです。

一緒においしいパンを焼いて

食べましょう★

今回はスコーンに挑戦します！チョコやクルミがたくさん入った甘いスコーンや、チーズの入ったスコーンなど 3 種類を作ります。混ぜて、切って、焼くだけ！簡単でおいしいスコーンを作ります！！是非ご家族やお友達にプレゼントしてください。



## 11/6 日 <sup>きらく</sup>お喜楽コアレッスン

- 主催：三塩卓也
- 対象：誰でも参加 OK !
- 場所：屋内 マカロニスタジオ
- 参加費：一人 1,000 円
- 持ち物：運動の出来る格好、飲み物、タオル、ヨガマット（大きめのバスタオルでも可）
- 集合場所：12:40、ビルエントランス前

### 主催プロフィール／三塩卓也



“本気でやれば誰でもキレイでカッコイイ身体は創れる。筋トレは万人に必要である。筋トレでみんな笑顔” という理念の元、現在フリーランスのトレーナーをしております。

ただ筋トレをするのではなく「栄養」「運動」の二つ視点からアプローチして内、外両面からキレイを創っていくような指導を取り入れてます。

喜楽に気軽にコアトレーニング♪最近流行りのコア（体幹）をヨガ系の動き中心に鍛えていきます（^人^）運動不足の方、運動初心者の方、運動上級者の方、どんなレベルの方でも大です!! ご自分のレベルに合わせてポーズを変えられるのでご安心下さい。コアトレはシェイプアップ、競技力アップ、腰痛防止等に最適です!!

11/12 **±**

## ふらっと、レインボーブリッジを歩こう！

- 主催：学生団体 flat ～ふらっと～
- 対象：どなたでも大歓迎
- 場所：屋外 レインボーブリッジ・お台場 屋外
- 参加費：一人 500 円
- 持ち物：上着（防寒対策）
- 集合場所：12:30 芝浦ふ頭駅

主催プロフィール／学生団体 flat  
～ふらっと～

私たちは、まち歩きやツアーを企画・実施をしている学生団体です。団体名の通り、フラットな関係、ふらっと参加できる場所を創り出したいという想いで活動しています。

皆さん、レインボーブリッジを渡ることが出来るって知ってましたか？今回はまち歩き第4弾、芝浦とお台場を結ぶレインボーブリッジをみんなで渡ります。高い場所からの壮大な景色を見ながら、風を感じながら歩きましょう。そして、橋を渡った後は、お台場散策です。フジテレビ内や展望台など、見どころはたくさんあります。普段出来ない体験を、私たちと一緒に挑戦してみませんか？皆さんのご参加をお待ちしております。

11/12 **±**輪わになって叩たたこう！  
ドラムサークル

- 主催：GROOVE CONNECT（グルーヴコネクト）
- 対象：小学生以上（小学生はヘルパーか保護者同伴）
- 場所：屋内 TEN TONE
- 参加費：一人 1,000 円
- 持ち物：動きやすい服装 タイコを脚で挟んで演奏するためスカートは不可。
- 集合場所：13:00-15:00 会場

## 主催プロフィール／野田憲一



ドラムサークル・ファシリテーター。幼稚園からフジロックまで！年間のべ100回、8000人とドラムサークルしてます。身体を使ったわかり易いファシリテーションと、ドラムサークルへの情熱を評価され、DCFA2008年ベストファシリテーターを受賞。ドラムサークル普及のため活動している。

ドラムサークルでは、世界中の様々なタイコをみんなで輪になって即興で演奏します。ジェンベやマラカスなど、誰でもすぐに音が出せる打楽器を使うので音楽経験がない人でもすぐに楽しめます。経験豊富なファシリテーターのガイドで、バラバラだったリズムがだんだんと一つの音楽に！一緒に演奏すれば初めての会った人どうしても、いつの間にか友達みたいに仲良くなれる不思議な効果があります。大人も子どもも、誰でも参加出来ます。お友達やご家族をお誘いの上、ぜひ一度体験してみてください。



主催プロフィール／宮越まみこ



仕事でも趣味でも、毎日写真を撮っているフォトグラファーです。

11/13 日

しゃしん たの はっけん き  
**写真は楽しみ発見器**  
 こうようしゃしん と  
 ～紅葉写真を撮ってみよう～

- 主催：宮腰まみこ
- 対象：問いません
- 場所：屋外 六義園（駒込）
- 参加費：一人 1,000 円
- 持ち物：障害者手帳、デジタルカメラ（お持ちの方。お持ちでない方貸し出しあり）
- 集合場所：駒込駅 13時集合

今回は秋の散策をしながら紅葉や日本庭園に焦点をあてて撮影してみたいと思います。

長い間沢山の方が愛でてきた古き良き紅葉と日本庭園を観て、和の心発見してみましよう。  
 う。



主催プロフィール／You.



1991年横浜市で生まれ育つ。幼いころから、ピアノなど楽器を演奏したり、歌を歌ったりと音楽を身近に感じていた。a2014年大学卒業後から、本格的な音楽活動を開始。シンガーソングライターとして活動しつつ、バンド活動も積極的に行う。

11/13 日

さん か が た おん が く  
**参加型音楽**  
**パフォーマンス**

- 主催：N-Project24
- 対象：音楽が好きな人なら誰でも楽しめます
- 場所：屋内 渋谷駅近辺音楽スタジオ
- 参加費：一人 1,000 円
- 持ち物：なし
- 集合場所：12:40 会場建物下集合

いつもありがとうございます。アーティスト You. のスタジオライブを基本とした参加型イベントです！本格スタジオで遠慮なく大騒ぎ!! たくさんの楽器を鳴らして！一緒に歌ったり、小さな楽器を鳴らしたり、体を動かしてみたり……音楽の楽しみ方に『ルール』なんてありません！思う存分、一緒に楽しみましよう!! アイドルソング、童謡、はたまた懐メロ（?!）まで!! 実際にマイクを持ってみんなの前で歌おう! みんなで踊ろう! そして、楽しく笑おう!! かっこよく、そして、かわいく! 君を待ってる! たくさんの参加、お待ちしております!!


**11/19** **±**
**じゅう  
自由にアクセサリーをつくろう★**  
 富宝島輝(フホウトウキ)ワークショップ

- 主催：富宝島輝(フホウトウキ)
- 対象：誰でも・車イス可
- 場所：**屋内** **屋外** 文京区民センター 3階
- 参加費：一人 1,500円
- 持ち物：アクセサリーにしてみたいアイテム。持参しなくてもOKです。作品を持って帰る風呂敷/袋など
- 集合場所：会場

**主催プロフィール/富宝島輝**


富宝島輝ワークショップは、廃材を使った工作を行います。アクセサリーと名がついていますが、キーホルダーなどお好きなものを自由に作成できます。

目に入ったものや気になるものをポンドでくっつけていく。

富宝島輝(フホウトウキ)work shopでは普段見慣れているモノ、廃材、オモチャ、時には卵の殻なども使い、アクセサリーや作品を自由に作って頂けます。

今回は〔文京ボランティア・市民活動まつり2016〕が会場になっております。フードやカフェなどの屋台もたくさん。お祭りは1階～4階まで文化祭のように1日中見どころ満載!朝からお好きな時間にいらしてください。


**11/19** **±**
**きらく  
お喜楽コアレッスン**

- 主催：三塩卓也
- 対象：誰でも参加OK!
- 場所：**屋内** マカロニスタジオ
- 参加費：一人 1,000円
- 持ち物：運動の出来る格好、飲み物、タオル、ヨガマット(大きめのバスタオルでも可)
- 集合場所：12:40、ビルエントランス前

**主催プロフィール/三塩卓也**


“本気でやれば誰でもキレイでカッコイイ身体は創れる。筋トレは万人に必要である。筋トレでみんな笑顔”という理念の元、現在フリーランスのトレーナーをしており

ます。ただ筋トレをするのではなく「栄養」「運動」の二つ視点からアプローチして内、外両面からキレイを創っていくような指導を取り入れてます。

喜楽に気軽にコアトレーニング♪最近流行りのコア(体幹)をヨガ系の動き中心に鍛えていきます(人々)運動不足の方、運動初心者の方、運動上級者の方、どんなレベルの方でも大です!!ご自分のレベルに合わせてポーズを変えられるのでご安心下さい。コアトレはシェイプアップ、競技力アップ、腰痛防止等に最適です!!



11/20 日

すいぞくかん すいりくりょうよう  
**すみだ水族館と水陸両用バスの  
 スカイダックツアー!!**

- 主催：馬場俊明（現役旅行会社）
- 対象：誰でも
- 場所：屋内 屋外 東京スカイツリータウン周辺
- 参加費：一人 4,000 円  
 （水族館入場料、水陸両用バス乗船券付）
- 持ち物：障害者（療育）手帳（忘れたら参加費が高くなります）
- 集合場所：11:00 都営浅草線押上駅改札口（17:30 解散予定）

主催プロフィール / 馬場俊明  
 （現役旅行会社）



普段、旅行会社に勤務し、ビーンズではガイドヘルパーでもあります。毎回利用者の初体験を体験で

きるツアーは大好評で、今回6回目の開催になります。今までは、遠出するというのをメインとしてきましたが、近場でも、魅力あるビックな企画を考えました。

「水陸両用バス」って乗ったことがありますか？その名の通り、水の中では船として、陸の上はバスとして走ることのできる全国的にも珍しい乗り物です。東京スカイツリー近くから出発する水陸両用バスは「スカイダック」と言い、約100分（休憩含む）の旅に出掛けます。水陸両用バスでは、現地のガイドさんも同行します。それだけでは、物足りないので今回は近くにある、「すみだ水族館」もセットで考えました。参加費もリーズナブルな価格として設定しました。是非参加してみたいかたがでしょうか？

参加費には、水族館の入場料と水陸両用バスの乗船券がついて1人 4,000 円になります。当日の流れですが、

11時に押上駅に集合→すみだ水族館（昼食含む）→スカイツリー近くの乗船場からスカイダックツアーへ→下船後、押上駅にて17：30分頃解散（予定）になります。

近場でも、普段体験することができないことにチャレンジするのが、このツアーの魅力です。是非参加してみたいかたがでしょうか？※集合解散場所へ直接お越したくか、ヘルパーがご自宅までお迎えに伺います。



11/20 日

けいりょうねん ど ひかり  
**軽量粘土で光のアート**  
 ～ LED ランプを作ろう～

- 主催：アトリエコルト
- 対象：どなたでも
- 場所：(屋内) (屋外) アトリエコルト
- 参加費：一人 900 円
- 持ち物：汚れてもいい服装、作品持ち帰り用の袋
- 集合場所：13 時 埼玉県上尾市富士見 1-6-32

主催プロフィール／アトリエコルト



アートには人と人との間にある様々な垣根を超える力があると思っています。アートには正解も間違いも否定もありません。自分の感性にゆだねて表現すること、ありのままを受け止めあい、自分も OK 他者も OK そんな時間を一緒に過ごしたいと思って活動しています。

伸びたりくっついたり自由な粘土とガラス、絵の具などを使って LED ライトで照らす光と影のアートです。日が短くなってきた季節、お部屋に自分で作ったライトを飾ってみませんか？ イベント当日にはみんなの作品にライトを入れてたくさんの光と影も楽しみたいと思います。失敗のない、優しい光のアートです。



11/23 水 祝

あそび スポー ツ の 広 場  
**遊びスポーツの広場**

- 主催：渡邊佳央理 & 武田久美子
- 対象：人と関わってみたい方・車椅子 OK
- 場所：(屋内) (屋外) 都内・埼玉
- 参加費：一人 750 円
- 持ち物：着替え、汗ふきタオル、飲み物、スニーカー
- 集合場所：12:45 会場

主催プロフィール／渡邊佳央理 & 武田久美子



はじめまして、私たちは、スポーツを通してよりよい地域作りを目指している NPO に所属していて、身体を動かすことが大好きです。スポーツの良さをみなさんにも知ってもらいたく、障がい者スポーツ指導初級、陸上ジュニア指導など、勉強をしています。

日頃、運動不足だな～、リフレッシュしたいな～、20～40 代の年代が近い方ともっと関わってみたい! などと興味を持った方は、どんどんご参加ください! 参加型にしますので、みんなで準備したり、お互い安全に行えるようにみんなで協力し合える場を心がけています。保険もご用意していますので、ご希望の方は、事前にお申しください。当日の怪我につきましては、自己責任とさせていただきます。



### 主催プロフィール／渡邊彩香



取得。

管理栄養士として高齢者施設に勤務。調理業務と栄養管理に加え、レクリエーション企画・実施、食事介助などにも携わる。介護職員初任者研修

11/26 

## Let's Cooking

～ありがとうの気持ちを込めて～

- 主催：渡邊彩香（管理栄養士）
- 対象：料理好きの方・食べるのが好きな方・料理経験不問・車椅子歓迎
- 場所： 屋内（調理室）
- 参加費：一人 1,500 円
- 持ち物：エプロン、三角巾、お手拭きタオル
- 集合場所：会場

11 月の Cooking は文化の日になんで日本料理の献立を表す『1汁3菜』に合わせて栄養バランスばっちりの定食をつくりましょう！主菜に鶏の照り焼き、添え物には人参きんぴら、副菜は旬野菜の胡麻和え、味噌汁となります。普段は洋食に偏りがちですが和食の美味しさを改めて味わいましょう！皆様のご参加、お待ちしております！



### 主催プロフィール／アートピース尾角真未



「魅力」です。自分の表現するものと人の表現するものの違いを感じながら、楽しみながら作品を作ることを大切にしています。

「アートは自己表現のひとつ」をテーマに、各地で「アートピース」というワークショップを行っています。人との「違い」は「個性」であり、「個性」は「魅力」です。自分の表現するものと人の表現するものの違いを感じながら、楽しみながら作品を作ることを大切にしています。

11/27 

## かたち あそ 形で遊ぼう

- 主催：アートピース 尾角真未
- 対象：一人でハサミが使える方歓迎
- 場所： 屋内 レンタルルーム浜田
- 参加費：一人 1,500 円
- 持ち物：エプロン、お手拭きタオル、A4 サイズの紙を持ち帰れる入れ物またはカバン
- 集合場所：レンタルルーム浜田 町田市能々谷2-11-1

丸、三角、四角など様々な形を写し取り、ベニヤ板に描きます。描き心地の良いキットパスを使っても画面の中で遊びます！様々な描き心地の画材で塗っていきます。十人十色に仕上がる個性豊かな表現の違いを楽しみましょう！A4 サイズの作品をお持ち帰りしてもらいます。

ビーンズからのお知らせ

豆庭のワークショップが  
11/1 より「ATTA」(アッタ)にリニューアルします!

障害をもつ  
子どもたちのための  
無料で通える  
習い事教室



**参加者募集中!**

子供のこと、家庭のこと、  
一緒に考えてくれる、探してくれる、試してくれる。  
ATTA は、そんなお母さんのパートナーです。

ATTA は、放課後等デイサービス「豆庭」が、地域交流事業として  
提供する“誰でも通える無料の習い事教室”です。デイサービスの  
利用者でなくても無料で参加できます。

● お問い合わせ・お申し込みは

**TEL : 03-6383-3101 / [info@beanshelper.jp](mailto:info@beanshelper.jp)**

〒151-0072 東京都渋谷区幡ヶ谷1丁目8-4 リッツパラスイオ 2F 202 室

