

いきいき

らくしよ

# 楽書講座

書で心も身体も健康的に

体をほぐし、呼吸を整え、  
筆で書くことで脳を刺激し、  
はつらつとした毎日を送りましょう。

**\*楽書\*** らくしよ\*  
心を解き放ちからだを解きほぐし  
心身ともに癒されながら楽しんで  
書を書く、書道のことです。  
文字の成り立ちを知り、文字の持  
つ本来の意味やパワーを筆を動か  
しながら感じていきます。  
美しい字を書く事だけでなく、自  
分を見つめ直し表現する喜びが感  
じられると思います。



講師 西川梨世  
Risei Nishikawa

書家

書道団体無限未来代表  
梨世塾主宰

新潟県上越市出身高安

寺三十世高橋大棟長女

日本書道芸術専門学校

師範科研究科卒

心身体を整え自分を表

現する書、楽書、を考案

受賞歴多数

のべ五千人以上の指導

歴有り

簡単な体操、呼吸法を

行い、身体を整えてか

ら書を書くワーク

シヨップは幼保、学校  
などでも人気を博して  
いる。

**開催日時** 毎月第1・3金曜日 10:00 ~ 11:30

**参加費** 2,000円 / 回 (教材費込)

**開催場所** 1階 第2集会室

**持ち物** 筆 (お持ちでなければ貸し出し用もごさいます。)

お申込み・お問い合わせは、窓口・お電話で受け付けております。

**【コミュニティふらっと阿佐谷】 ☎03-5364-9360**

受付時間:午前9時~午後9時 (第1・3木曜日は休館日になります。)

主催 シダックス大新東ヒューマンサービス (株)

コミュニティ  
ふらっと阿佐谷  
公式  
ホームページ  
最新情報をご覧ください!

