



笑いヨガと花見会のご案内

テーマ：『笑い顔には、福来たる』

※セミナー内容：笑いで健康と幸せをお届けするヨガ体験。



講師：五所川原市倫理法人会 幹事

つしま ひろみ
津島 弘美 氏

講話日時

平成 31 年

4 月 **21** 日(日)

□会場 二戸パークホテル

二戸市福岡字八幡下 69-1

TEL : 0195-23-5151

●セミナー 10 : 30 ~ 12 : 00

●花見会 12 : 00 ~ 14 : 00

【 参加費 3,000 円

(昼食代含む) 】



《プロフィール》

現在 青森県更生保護協会評議員
五所川原市男女共同参画推進委員
「青森笑いヨガ研究所」

「アンガーマネジメント青森」主宰
女性の元気ときれいを応援する
「キラキラ女性塾」代表

青森市と五所川原で毎月「笑いの体操健康教室」を開催。県内各地から依頼を受け笑いの研修・講演会を行う。

2016 年 あなたの笑いで短命県返上「笑ってハッピー」プロジェクトを立ち上げ

「元気と笑顔でナンバー1 青森県」を目指し 笑いヨガの普及とリーダー育成を県内各地で行っている活動は NHK「アップルワイド」RAB「ニュースリーダー」ATV「わっち」などでも紹介された。

又、いじめ、パワハラ、虐待など暴力のない安心安全な社会の実現を願い、怒りの感情と上手に付き合う心理トレーニング「アンガーマネジメント」の講座、企業研修、講演を県内各地で行っている。

※男性会員のみならず。ぜひ、奥様や知人の女性、女性従業員のみならずへお声掛けのご協力をお願い致します。

■参加者名をご記入の上お申し込み下さい。

4 月 12 日(金)までお願い致します。

FAX : 0195-23-4689

単会名	企業名	氏 名	
		会員・非会員	
		会員・非会員	
		会員・非会員	

■お問合せ / 主催：(有)志賀煎餅内 二戸市倫理法人会 TEL:0195-23-4231