

# 楽しいことを見つけるための4つの講座

手話通訳があります

## 脳幹ケアでノーストレス講座

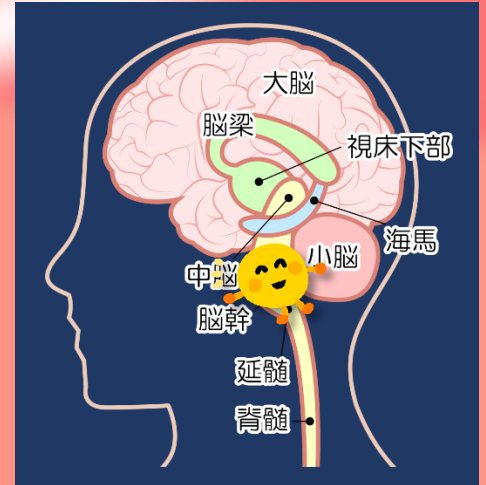
1月23日(火)13:30~15:30

会場 名取市文化会館 会議室

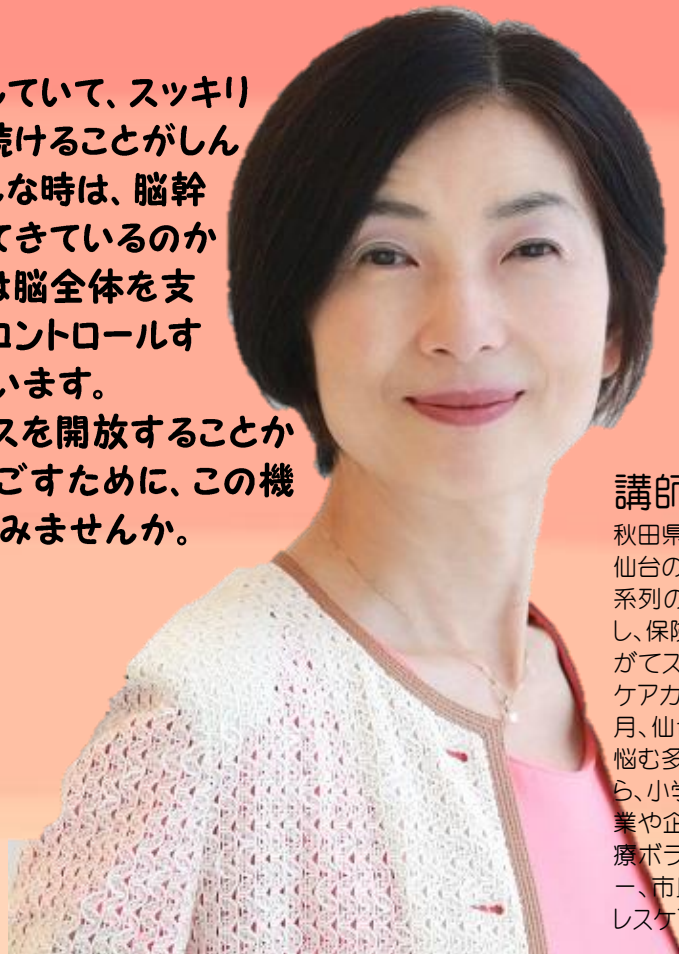
定員 25名/要申込

(定員に達し次第締め切り)

参加費 無料



なんとなくモヤモヤしていて、スッキリしないなあ～頑張りが続いているのかどくなつたなあ～そんな時は、脳幹の働きがにぶくなってきているのかもしれない。脳幹は脳全体を支え、人間の心と体をコントロールする重要な働きをしています。楽しい日々は、ストレスを開放することから。元気な毎日を過ごすために、この機会に脳幹ケア学んでみませんか。




講師 佐藤 志保子さん

秋田県生まれ。

仙台の高校を卒業後、専門学校で学んだ後に三菱系列の会社に就職する。12年間勤めた後に退職し、保険の外交をしながら自分の道を模索する。やがてストレスケアの技術と出会い、2年間でストレスケアカウンセラーの資格を取得する。平成10年2月、仙台にストレスケアサロンを開設し、ストレスに悩む多くの人を救っている。また、サロン運営の傍ら、小学校、中学校のPTA、子どもたちへの特別授業や企業、陸上自衛隊、児童館、医療機関、NPO 医療ボランティア、看護学校、老荘大学、健康センター、市民センター、倫理法人会、保育所などでストレスケアに関する講演活動等を実施している。

震災時に人と人がつながることの重要性をものすごく感じました。顔見知りがたくさんいる地域、ひとりぼっちがない地域にしたいと交流サロンを始めました。それが「ここほっとネット(任意団体)」です。

主催  ここほっとネット

代表 沼田 智美

申込先

☎: 090-2020-5602 (沼田)

Email : cyanu0103@yahoo.co.jp

電話に出られないときは、折り返しお電話いたします