

第66回 笑老ライフ研究所 ホッ・・・とサロンのお知らせ

今月のホッ・・・とサロンのテーマは..

◆ 脳疲労(ストレス)解消セミナー ◆

～コロナウィルスに打ち勝ち、個人と組織を強くする～



●新型コロナウイルス感染拡大により、今までの生活スタイルを変える必要が出てきました。自分で変えたい！と思って変えるのではなく、変えざるを得ないという気持ちで変えた方が多かったのではないのでしょうか？

その為それがストレスとなり、脳疲労現象を起こしている方が急増しているとのこと。

笑老ライフ研究所では、常に前向きな笑老ライフを！を皆さまにお伝えしてきました。

そこで今回、まず「なぜ脳疲労が起きるのか？」を学び、次に「脳疲労を解消するために..」を学びます。

途中、「自分の脳疲労度と生活習慣の診断」や「ストレスチェック」等を行い、身をもって感じ取って頂きます。

自分を振り返りつつ、脳疲労にならない仕組みづくりを行いイキイキ・ワクワクする笑老ライフを共に歩みましょう。

■講師である秋月枝利子さんのご紹介

本職は、コミュニケーションやホスピタリティ等に関する講師。今回のお話は、お母様を通じて経験をしたことをきっかけに九州大学名誉教授 藤野武彦先生から多くを学び、現在は、社会のお役に立てればの一心で伝えていらっしゃいます。

- ◆開催日時 令和2年7月16日(木) 13:30 ~ 15:00
- ◆場 所 R I T A 白金 5階 カンファレンスルーム
 - ・住所：福岡市中央区白金1-5-21 TEL：092-589-6780
- ◆料 金
 - ・会員様：無料(5名様以上から500円/人) ・非会員様：500円
- ◆問合せ
 - ・TEL 092-589-6780 FAX 092-588-1231
 - ・メール info@syourou-life.cor FAX 092-588-1231
 - ・笑老ライフ研究所 事務局 山崎・岡 迄
- ◆申込締切
 - ・運営の都合上、7月13日(月)までとさせていただきます。なお、事前のご相談等に関しましても同様にてお願い致します。
 - 下記に出欠を表示の上、FAX、メールにてお申込み下さい。
- ◆その他
 - ・お車でお越しになれる会員様は、周辺駐車場をご確認の上ご来場をお願いします。

-----キリリ線-----

◆サロンへの出欠 : どちらかに、○印を入れて下さいませ。

・参加する。		・参加出来ない。	
名 前			
会 社 名		備 考	
連 絡 先			
メ - ル ad			