

井波ゆき子

エイジング



セラナーテ



人間性心理学や行動療法をベースにした、

マジメおもしろいセミナー！

< サクセスフル～加齢抑制講座 >

- @ 日々の生活で脳と心を鍛えて加齢抑制
(不思議いっぱいな脳とこころ)
- @ 中高年の危機 (ゴーガンコンプレックス)
- @ 心の洗濯と日々の選択で、良いコミュニケーション
(伝え方 うけとめ方 3配りなど)
- @ 老若男女、楽しい健康と美容とおしゃれ
(私の出会った素敵な人たち～)

～～どなたもどうぞ、お気軽にご参加ください～～

歓談でも楽しい時間を過ごしましょう。ご質問も遠慮なくどうぞ！

日時； 2013年10月 1日(火曜) PM6時～8時半

場所； 品川駅より徒歩6分(詳しくは参加者にお知らせします)

参加費； 3,000円

お申し込み 携帯： 090-2307-8216
又は Email； inami173@d09.itscom.net

尚、領収書必要な方はどうぞお申し出ください。

《プロフィール》 (井波ゆき子公式HP運用)

女優、リポーターとしてTV界で長く活躍。そのキャリアと共に心理カウンセラー、産業カウンセラー、キャリアカウンセラーの資格を取得。認知行動療法を学び、さまざまな心の問題を解りやすく話し、若者から高齢者までのコミュニケーションUPのサポート、加齢による心と体の問題、うつ予防にもなるストレスケアやメンタルヘルスの分野でも講演を行っている。