

女性部会員 各位

(公社)浜松西法人会女性部会
部会長 村上すづ子

2人の講師をお招きして 夏のスペシャルセミナー

<第1部> 『アンガーマネジメントセミナー』

13:30～14:45

アンガーマネジメントとは…

1970年代にアメリカで始まったアンガー(イライラ、怒りの感情)と上手に付き合うための心理教育

- ✖ 怒りはどこからくるの？
- ✖ 怒りは連鎖するって本当？
- ☺ あなたの笑顔を守りたい！

(資格・役職)

一般社団法人日本アンガーマネジメント協会
認定アンガーマネジメントシニアファシリテーター
一般社団法人日本アンガーマネジメント協会
アンガーマネジメントコンサルタント

(有)ふかつ

講師：代表取締役 深津智子氏



MytalkSmile 代表
(一財)日本アンガーマネジメント協会
認定ファシリテーター
FM おかざきパーソナリティ
岡崎商工会議所女性部理事



<第2部> 『オリーブ健康セミナー』

15:00～16:30

“黄金のしずく”

- 🫒 いろんな油があるけれど
- 🫒 なぜ！「オリーブおばさん」なの？
- 🫒🫒 油に関するすべてがわかる

(株)食文化倶楽部

講師：代表取締役 橋詰満子氏



栄養と料理 1級インストラクター

日本栄養大学にて通信講座、東條百合子先生に師事。マクロビオティック陰陽理論を学び、命のしずくオリーブと出会って10数年…正しい食生活で、自分の健康は自分で守ることこそ社会貢献！をモットーに全国に出前オリーブ講座を続けている。

日時：7月4日(水)13:30～16:30

会場：浜松労政会館 第4会議室

(中区東伊場 2-7-1 浜松商工会議所 7F)

申込締切：6月27日(水)

<連絡先> 浜松西法人会 FAX452-3807

TEL 453-4885

7月4日(水) 13時30～ スペシャルセミナー

いずれかに○をつけて下さい

氏名	参加 ・ 不参加
----	----------

※駐車場は、会議所駐車場西隣の労政会館専用駐車場をご利用ください。(無料)