

ストレスケア
体験型
セミナー



1分
でもできる！



セミナー
参加特典も
ご用意して
おります！

イライラ解消術

脳の疲れをとる ストレッチ

2024年 9月29日 日 14:00-15:30

会場

プラザおおむら コミュニティルームC・D

講師

B T Uいさはや教室長 福田 良子

(一社)日本ストレスケアカウンセラー協会認定 ストレスケアカウンセラー®

定員

4名 事前予約制

参加費

500円 申込期限 9月25日（水）



申し込みフォーム

【コンテンツ】

- 不機嫌の原因は脳の疲労
- イライラ度を確認しよう
- イライラを解消しよう
- イライラしない人になろう

あなたのそのイライラ
性格だからと
あきらめていませんか？

ストレスに関することならおまかせください！

ストレスケア教育のパイオニア B T Uいさはや

859-0401 諫早市多良見町化屋480-6 グランドパーティオ403

【BTUはストレスについて学べる社会人向けのスクール。ストレスケアカウンセラー®資格取得も可能です】

お問合せ・お申込みはこちら

☎ 0957-47-7717

isahaya@btu.co.jp