


OMAメンタルヘルスフォーラム

osaka management association

対 象
経 営 者 幹 部 管 理 職

テーマ	「脳を癒し・脳を鍛える！ 潜在意識を大活用」 ～プラス思考への心理学～		
題 目	第1講座 「 ^{じゅくすい} 熟睡できるメンタルトレーニング」		
講 師	下口雄山メンタルフィットネス代表・当協会メンバー 下口 雄山		
開催日時	平成23年8月26日(金) 14:00～16:00	聴講料	2千円
会 場	大阪産業創造館 5階 A室 (大阪市中央区本町1-4-5 TEL:06-6264-9800) 案内図裏面 または HP: http://www.sansokan.jp/map/		
講 師 プ ロ フ ィ ー ル		 講師 下口雄山 先生	
<p>大阪教育大学卒。21年間の教職を経て、その後26年間の企業、官公庁、医療機関での講演・研修担当のキャリアを持つ。 「メンタルヘルスケア」「やる気と集中力を開発」など、楽しく、笑い多く、かつ、効果を体感しながら受講できる参加型の講演・研修を年間200回以上展開。 http://www.mental-fitness.jp (日本メンタルフィットネス協会ホームページ)</p>			
講 演 の 内 容			
<p>【ねらい】 ストレスがたちまちトレ、元気回復。心を癒し、やる気と勇気とエネルギーが湧出。人間力開発スタート！</p> <p>【プログラム】 (1) 脳の疲れをとり、完全リラックス:脳波α波ロングリラックストレーニング (2) 集中力・やる気開発メンタルトレーニング:プチ呼吸法からZEN (3) 目標実現のイメージトレーニング法:豊かな未来作りをめざす</p>			
<p>〔経営相談室からのお願い〕 当協会の講演会の一部門として、新しく企業経営上での大切な要素として、精神衛生に関するベテランに心の健康はどうあるべきかを引き続き講座を設けて連続的に話して頂くことに致しました。今回もご清聴を期待しております。 — 関原義伸 —</p>		<p>主催：社団法人大阪能率協会 経営相談室 室長 常任理事 小島薫二・副室長 常任理事 関原義伸</p> <p>〒540-0029 大阪市中央区本町橋2-5 マイドームおおさか5階 大阪府立産業開発研究所内 TEL 06-6941-2709 FAX 06-6947-4369</p>	

OMA社団法人大阪能率協会 宛 (FAX:06-6947-4369)
OMAメンタルヘルスフォーラム 第2講座 9.24

E-mail oma@crux.ocn.ne.jp
ホームページ <http://mic-e-osaka.ne.jp/oma/>

申込書	貴社名	TEL	FAX
OMA	所在地 〒		
メンタルヘルス フォーラム講座	参加者	氏 名	役 職 E-mail:
		氏 名	役 職 E-mail:
		氏 名	役 職 E-mail: