

研修テーマ



宝ジェンヌから学ぶ態度と姿勢

目指せ「タカラナース」!

～自分の心と身体を知り、接遇に活かす～

美しい姿勢や歩き方、呼吸法などを用いたボディワークで、“こころ”と“からだ”のセルフケアをしてこころと身体のバランスを取り戻す方法や、身体を動かすこと(タカラナースとしてのウォーキングを実践!)により生じる「感情や気持ちのメカニズム」(自信や自尊感情について)を体感していただきます。

実技のボディワークでは、参加者の皆さまに、思いっきりリラックスしていただいて、日ごろの疲れを癒し、リフレッシュしていただこうと思っています。



当日参加する方にご用意いただくもの

- ①動きやすい服装(スカート、ジーンズ不可)
- ②床に敷くための大きめのバスタオル(もしくはヨガマット)
- ③水分補給のための飲み物

講師 : Brisa ブリーザ 主宰 栗岡多恵子氏 (元 宝ジェンヌ)

日時 : 平成25年9月28日(土) 9:30～15:30

会場 : プラザ萬象 敦賀市東洋町 JR敦賀駅より徒歩10分ほど

対象者 : 病院、施設、訪問看護ステーション等に勤務されている看護職の方

定員 : 100名

受講料 : 会員 3000円、非会員9000円

申し込み期間: 平成25年8月1日～8月15日

