

4人のセラピストと一緒に

～ココロすっきり・カラダさっぱりDays～

セラピストの紹介

まんどろ

みけねこ助産院



黒石市でカウンセラーをしています。
イベントでは、オープンダイアログのエッセンスを取り入れ対話の空間を開きます。安心できる空間で、知る、気付くを感じてください。



助産師の松田です。
包括的性教育って何？についてお話します。
妊娠出産子育ての個別相談受け付けます！！

CoCoセッション

バランスボール

佐藤智絵

インストラクター♡さやか



弘前市でプロコーチをしています!!
イベントでは「考える」を楽しむ対話ワークショップで、思考が豊かに広がり深まる時間を一緒に楽しみましょう。



平川市で活動しています♪
イベントでは、体や心のケアについて、バランスボールで酸素運動を行いながらお伝えします！
音楽に合わせて弾むと楽しいですよ♪

このイベントは、4人のセラピストと共に、様々な視点で知る・深める・繋がる・リフレッシュするを体験するイベントです。
あなたのモヤモヤを気軽に話したり、また誰かと共有することで、ココロもカラダもリフレッシュしませんか？

3/29

10:00～13:30

場所:ヒロロ3階

多世代交流室1

予約制

受講料

大人 3,500円

小学生以上 500円

Google
フォームにて
予約

受付中



当日のタイムスケジュール

- 09:30～09:55 受付
- 10:00～10:30 「包括的性教育って何？」
- 10:30～11:15 哲学対話
- 11:15～12:15 ふらっとオープンダイアログ
- 12:15～12:30 休憩
- 12:30～12:45 バランスボール体験
- 12:45～13:30 個別相談