



講師：野村 由美

美脳研究家
日本エネルギーセラピー協会代表理事

テーマ：

「心と体の輝きは
美脳から」

“一億総ストレス病”と言われるほど、現代人は疲れやすくなっています。周囲には様々な便利なものがあふれ、生活はどんどん暮らしやすくなっているはずなのに、何かイライラしたり、欲求不満が多く、いつもストレスを抱え、疲れがとれない状態はいったいなぜでしょう。それは人間関係によるストレスで脳が本来あるべき状態ではなくなってしまっているからです。

今回は『健康＝美脳』についてお話しさせていただきます。ご期待下さい。



司会 曾和 ローズ
(フリーアナウンサー)

リーガロイヤルホテルへのアクセス

- リーガロイヤルバス(無料送迎バス)
JR大阪駅乗り場/JR大阪駅西側高架南寄り
- 電車で 京阪中之島線「中之島駅」直結
JR東西線「新福島駅」徒歩約8分
阪神本線「福島駅」徒歩約8分
- 駐車場有り
リーガロイヤルホテル TEL06-6448-1121(代表)



2016年の新春を飾る「第4回スキル&フレンドシップの会」が1月9日(土)リーガロイヤルホテルに76名が参加して開催された。

世話人を代表して中司宏さんは「混迷を深める世界情勢にあつて、自身のスキルアップと世界へ友情を広げる一年に」と訴えた。

心理学者・早坂三郎さんは「人間関係のスキルアップ」をテーマに講演。職場や友人との人間関係の悩みやコミュニケーションの難しさにどう対応するか。「話すことよりも相手の話を共感的によく聴くことが人間関係では大事」そして「コミュニケーションは表情や身振り手振りでも伝える」と自身の手話の勉強を例に示した。アリの研究者の報告に「頑張り屋10%、普通80%、怠け者10%の比率はどこ種類のアリを集めても同じ比率に」とか、ポジティブな行動と脳の活性化について語った。

ジャーナリストの近藤三津枝さんの「乾杯」の後、ランチを食しての楽しい会話が幾重にも広がった。また参加者の人間関係を深めるためテーブル別に「年始楽しかったこと」を発表し合い大変盛り上がった。

サクセス・安倍よしえさんとキーボード・福岡陽子さんは「エンターティナー」を奏で「真っ赤な太陽」を皆で元気に謳い上げた。竹山尚子世話人の次回講師野村由美さんのプロフィールを紹介して閉幕した。

Skill & Friendship

スキル&フレンドシップの会

No.5



主催：スキル&フレンドシップの会
協賛：享代クリエイティブ株式会社 京都建設業事務組合 CDOあるふぁ株式会社Fプロモーション リーガロイヤルホテル
事務局：〒573-0151 枚方市藤阪北町21-1-304 彦前事務所内

ごあいさつ

スキル&フレンドシップの会は、輝く女性の皆様と額に汗する男性のスキルアップを図るために設立しました。各分野の専門家を招き、お話を聞いたり、食事をしながら語り合い、人生の指針の花束を胸中に咲かせようとするものです。

中国の古典に「君との^{いっせき}一夕の対話は10年の読書に勝る」とあります。社会的立場や人生の生き方の垣根を取り払い、友情のネットワークを皆様とご一緒に築いていきませんか。

今回は、私たちの「健康と美脳」について講演していただきます。皆様のご参加を心よりお待ちしております。

開催日・会場

日時：2016年5月7日(土)

午前11時30分～午後1時30分

会場：リーガロイヤルホテル 2階 楓の間

参加費：7,000円(お土産つき)

事前に世話人およびアドバイザーにチケットをお買い求めください。

第1部 講演：野村由美

美脳研究者、日本エナジーセラピー協会代表理事

第2部 ランチ&交歓

&ミニコンサート

田中佑季(シンガーソングライター)

〈曲目〉

- 生まれてはじめて
(アナと雪の女王より)
- 赤いスイートピー
- 上を向いて歩こう
(みんなで合唱)



Skill & Friendship

スキル&フレンドシップの会(略称SF会)

コンセプト

めまぐるしく変化する情報社会にあって旧来の組織中心から、自分らしく個性を輝かす時代を迎えました。自分の個性や才能について、意外と自分では気づかないのも実情です。

そこで「スキル&フレンドシップの会」では、職業、性別、年齢に関係なく楽しい出会いの場をつくり、自分のスキルを高められる何かを感じていただきたいと考えています。

そして「自分らしさとは何か」「自分に何が出来るか」など、お互いに意見を交わし合い、専門家の講師に触発を受けながら、新しい自分の発見を目指していくことを目的とします。

ここに参加すれば新しい友達に出会え、面白い講演が聞ける。知らなかった世界が広がる、いつも刺激を受ける。自分のやりたいことが見つかる、そんな楽しい会になることを私たちは願っています。

もっと人や社会と関わりたい、自分の可能性を上げたい方は、まずこの会に参加することから始めませんか。

世話人

- | | |
|-------|-------------------------------|
| 大池 敦子 | ほろto主宰 インテリアコーディネーター 2級施工管理技士 |
| 大西 平一 | 結婚相談所CLASSY代表 早稲田OK会主宰 |
| 竹山 尚子 | 株式会社K&Tクリエイティブ代表取締役 |
| 谷川 俊治 | 享代クリエイティブ株式会社代表取締役 |
| 中川 清 | 一級建築士 有限会社FS総合企画設計代表取締役 |
| 中司 宏 | 大阪府議会議員 元枚方市長 |
| 仲村 知子 | 関西琉球舞踊研究所代表 琉球舞踊家 |
| 橋場由見子 | HY教育エンタープライズ代表 |
| 彦前 清吾 | 一般社団法人 国際芸術文化アカデミー 代表理事 |
| 藤本とみ子 | 日本生命保険相互会社 |
| 山下 和彦 | 株式会社電通元副社長 |

アドバイザー

- | | |
|-------|------------------------------|
| 桶村久美子 | カラーアナリスト フリーアナウンサー |
| 木村 明彦 | 株式会社アサント代表取締役 |
| 曾和ローズ | フリーアナウンサー 株式会社ボーダーファミリー代表取締役 |
| 早坂 三郎 | 日本人間関係学会副理事長 |
| 山本 康弘 | トウジ工業株式会社取締役相談役 |
- (五十音順)

お申込みは

ご参加いただける方は、下記にFAXか電子メールにて **4月22日(金)**までにお申し込みください。

FAX: 072-851-8246

E-mail: s-hikomae@aa.cyberhome.ne.jp

参加申込書

お名前(ふりがな)	ご同伴者氏名
年齢	歳代
ご住所 〒	
お電話	()
FAX	()
メール	
お仕事などご自由にお書き下さい	

紹介者

世話人・アドバイザー()

次回予定

日時：2016年9月3日(土) 午前11時30分～

会場：リーガロイヤルホテル(2階 桂の間)



講師：橋場 由見子

(HY教育エンタープライズ代表)

テーマ：「音楽力で

コミュニケーション術を磨く」



講師：大池 敦子

(ほろto主宰 インテリアコーディネーター)

テーマ：「キレイにくらしま専科」