

# できる!やれる!なれる! 目標達成のためのメンタルトレーニング

榎原商工会議所青年部(会長:松本智亜樹)と女性会(会長:植田マス子)との合同でセミナーを開催致します。

一流と言われるアスリートの多くの方が勝利のイメージを描くメンタルトレーニングを積極的に取り入れています。目標達成のために成功、理想を鮮明にイメージし、プラス思考でやる気を引き出すというビジネスに活用できる脳のトレーニングについてのセミナーを下記の通り開催いたします。会社経営者だけではなく従業員の方もこの機会に是非ご参加賜りますようご案内いたします。

<b>講座内容</b>	<b>心のリラックスが目標達成への第一歩</b>	<b>不思議な人の心と力</b>	<b>「集中力・やる気開発、目標達成!」</b>
	心と体を癒すメンタルトレーニング 集中力・活力開発/下口式自律訓練法	二つの心 潜在意識の大活用で人間力アップ	目標実現イメージトレーニング法

参加型でその場で体感していただき、簡単に即活用していただける内容です!!

■開催日 平成**30**年**2**月**6**日(火)  
19:00~21:00

■場所 **榎原商工会議所 4F 会議室**  
※榎原商工会議所には専用駐車場がございませんので、お車でお越しの方は隣接する市営駐車場(自己負担)等をご利用ください。

■受講料 **無料** ※榎原商工会議所会員:無料  
※非会員:3,000円(1名あたり)

■定員 **36**名(申込先着順1社2名まで)

■申込締切 **平成30年1月31日(水)迄**

■お申込みから受講当日までの流れ

1. 下記の申込項目にご記入の上、榎原商工会議所までFAXにてお申込みください。
2. 受講票は発行しませんので、当所より連絡がない限り、当日会場までお越しください。
3. 当日、会場受付にてお名前をお知らせください。  
※原則本申込書によりFAX送信で受講の確定(受講票は発行しません)としますが、定員を超えた場合は当所よりご連絡致します。
4. アンケートへのご協力をお願い  
当日、受講者の皆様へ下記の事項等について記入依頼を行いますのでお忙しい所恐縮ですが②③について事前にお考えいただけると幸いです。  
①セミナー内容に関すること ②開催希望するセミナーの具体的な内容 ③商工会議所(事業活動)へのご意見・ご要望等



■講師

しもぐち やすまさ  
**下口 泰正 氏**

下口メンタルフィットネス 代表  
活力アップ・こころの健康づくりトレーナー

1970年(昭和45年)生まれ 奈良県奈良市出身  
高野山大学文学部密教学科卒業

小学生の頃より「メンタルフィットネス/メンタルトレーニング法」の指導を受け、実生活で実践・修得した心の健康法・自律訓練法等を取り入れた「ストレスマネジメント」・「集中力・潜在能力の開発法」他、参加型で楽しく効果をその場で体感しながら、職場や日常生活で即活用できる内容を分かり易く具体的に伝授。大学卒業後、テレビショッピング通販企業にてバイヤー・番組での商品案内役として活躍。自身の「職場での心理学」を実践し、数多くのヒット商品開発に貢献。その後、個別学習塾の副塾長・講師へ転身。集中力アップメンタルトレーニングを活用した受験対策指導で効果を上げる。現在は、禅寺での40年余の伝統・実績を誇る、禅の精神を取り入れたクリエイティブマネジメント協会主催・新入社員及び中堅・幹部社員の合宿研修会の運営・トレーナーを担当の傍ら、職場・教育現場での心理学体験を活かしたストレスマネジメント、メンタルヘルス、活力アップの研修・講演を精力的に展開中。

【メンタルトレーニング 受講申込書】

FAX 送信先 0744-28-4430

フリガナ 受講者名①	フリガナ 受講者名②
事業所名	事業内容
所在地	
TEL	FAX

※ご記入頂いた情報は商工会議所からの各種連絡・情報提供の為に利用するほか、参加者の実態調査・分析の為に利用することがございます。また、セミナーでの写真撮影したものを当所のホームページ、広報誌「かしはら商工ニュース」において公開する場合がございます。申込書内容を講師に提供します。

主催

榎原商工会議所 青年部・女性会  
榎原商工会議所 中小企業相談所

榎原市久米町 652-2  
TEL 0744-28-4400  
FAX 0744-28-4430

【榎原商工会議所ホームページ】  
<http://kashihara-ccl.or.jp/>

