

無料

体験参加者無料!
お気軽にご参加ください! 朝活体験の参加者募集中♪

「**経営者のための
自立した心の健康づくりについて
～自然療法の視点から～**

4月に続き2度目の登場です!!

11月24日(木) AM6:00～7:00

場所 前橋マーキュリーホテル 前橋市大友町3-24-1
☎ 027-252-0111

講師 サヤカ・クリニック 院長 せきね 関根 さやか 沙耶花氏

○ 講師プロフィール

医学博士 日本プライマリ・ケア連合学会認定専門医 日本内科学会認定医
特定非営利活動法人(認定申請中)ぐんまHHC(Holistic Health College)代表
1978年前橋生まれ 前橋女子高校卒業

小さい頃から薬草に興味を持ち、高校生の時に医者になることを決意する。2004年弘前大学医学部卒業後、自治医科大学にて研修、総合診療に携わる。10年間の病院勤務で、現代医療の対症療法に限界を覚える。本来、人間は自らの自然治癒力で良くなるようにできていると気づく。

2014年7月サヤカ・クリニック開業。2015年12月自立した健康づくりを支援するためのコミュニティ・カレッジとしてぐんまHHCを設立。



○ 講話内容

私は、診療だけでは、市民の健康を支えるには限界があると感じ、特定非営利活動法人ぐんまHHCを立ち上げ、自立した心の健康づくりを学べる場を提供してきました。心の健康のためには、自らの恐れと向き合い、感情整理しそれを手放すことが重要です。名経営者ほど、自らの恐れと向き合っています。そして恐れを手放せた時にこそ、古い世界観から新しい世界観への移行、飛躍が可能となります。まずは、経営者の皆さん、自らの心の健康づくりに取り組みませんか?今年4月の講話では、私自身がどのように恐れと向き合い開業に至ったのかを含め、自己紹介させて頂きました。今回の講話では、その続きとして経営者のための自立した心の健康づくりについてお話します。経営者に限らず興味がある方、是非聞きに来てください。

渡部会長より

心と身体は一緒です。健康のために衣食住はもちろんのこと、ものの考え方、捉えかた、そして良き習慣を身につけてこそ。それは・・・「そうしよう!」と決心してこそ成り立ちます。「健康は自ら創るもの、自分の身体は自分で守ろう!」サヤカ先生の講話はヒント満載!お待ちしております♪