認定NPO法人JKSK

つぼトントンセラピー体験会

疲れた身体と心のつぼを優しく刺激していくつぼトントン
セラピーを体験してみませんか？

【4月21日】

日　時：2014年4月21日（月）
10:00～17:00（受付9：30～）

場　所：みんぷく　研修施設
（福島県いわき市中央台高久2丁目26-4）

参加費：無料

内　容：誰でもできる簡単なストレス解消法の紹介、
実際に体験していただくデモンストレーション、
参加者同士のエクササイズ

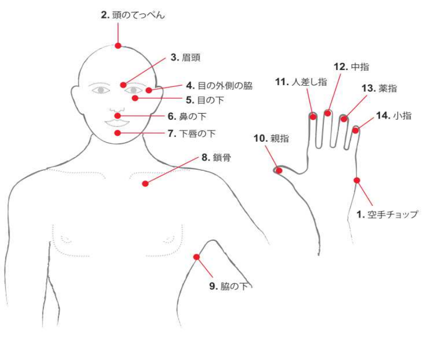
日常で感じている心や体のストレスにどう対処するか、参加者同士のエクササイズや練習ワークを通して、つぼとんとんセラピー（EFT）を自分で使えるようになる実践的な内容となっています。
「つぼとんとんセラピー」を試してみたいという方、自分のセルフケア、ストレスマネジメントに役立てたいと思っている方など、どなたにでも参加いただけます！

講師
溝口あゆか氏
心理カウンセラー、AAMET認定EFTトレーナー、
Matrix Reimprintingトレーナー

早稲田大学卒、ロンドン大学芸術運営学修士号を取得。イギリスにてカウンセリングの資格を得る。日本人として唯一のAAMET認定EFTトレーナー。また、現在世界で30名ほどしかいないMatrix Reimprintingトレーナーでもある。これまで人生一般の悩みからトラウマ解放まで数多くのケースを扱い、また2005年よりイギリス、日本両国でEFT、カウンセリングなどを指導。イギリスHolistic Healing college にてIntegrated Counseling Diploma Courseの講師も勤める。日本でもセミナー、ワークショップを開催。

つぼトントンセラピー（EFT）とは？

つぼとんとんセラピー（EFT：Emotional Freedom Technique：感情解放のテクニック）とは、東洋の気の思想と、西洋の心理セラピーを統合したテクニックです。アメリカ人セラピストのゲリー・クレイグによって開発され、体の所定のつぼをごく軽くトントンと刺激していくことによって、体の中に滞っていたエネルギー（気）の流れを良くし、トラウマや、不快な記憶、身体症状、ストレス、ネガティブな感情を解放します。そのため「鍼を使わない感情の鍼治療」とも呼ばれています。



主催　JKSK結結プロジェクト
　東日本大震災を機に、認定NPO法人女子教育奨励会（JKSK）が立ち上げたプロジェクトです。東北で活躍する女性リーダー達と、首都圏のエキスパートがネットワーク連携し、協力して、復興活動の推進や、新しいコミュニティーモデルの創出を目指します。（2011年5月発足）

協賛　ハートサークル
　英国のホリスティック・ヒーリング・カレッジの講師と卒業生によって構成されています。セラピストは全員日本人です。重度のストレスやトラウマなどの介入としての「 EFT（つぼトントンセラピー）」に経験のあるセラピスト集団であり、トラウマ解放や様々な家庭や職場の悩みに対応できる経験とスキルを持っています。

↓下の記入欄にご記入の上、メール、FAX、お電話にてお申し込みください。

ふりがな		性別	
お名前		携帯電話	（　　　）　　－
会社／団体名・部署・役職			
ご住所			
生年月日	年　　　月　　　日		
E-mail			
ご連絡欄（ご自由にご記入ください）			

●定員になり次第締め切ります。満席の場合お申込はお断りすることがありますので、あらかじめご了承ください。
●インターネットからもお申し込み可能です。詳しくは http://jksk.jp/j/yyp/yyp_mental.html JKSK結結プロジェクトHPをご利用ください。

お問い合わせ　結結プロジェクト事務局（株式会社クレアン）
〒108-0071　東京都港区白金台3-19-6 白金台ビル5 階
TEL:03-5423-6920 FAX：03-5423-6921
担当：相川ふみ　aikawa@cre-en.jp