

2024年度から5年間で全国をめぐる

保健師 加倉井さおりの

GOGO勇気づけ

ワークショップ in 福島



2024. 9 / 1 (日) 14:00~16:00

(株) ウェルネスライフサポート研究所
代表取締役 加倉井さおり

このワークショップは、自分を勇気づけ、周りを勇気づけていく
具体的な方法を体験的に学べます。周りを勇気づけていくためには、
自分を勇気づけていくことが必要です。企業研修でも大好評の
加倉井さおりの勇気づけワークショップをあなたの住む地域で学べます。

▼お申込みはこちら▼



参加費

5,500円(税込)

会場

ウィル福島 アクティおろしまち
セミナールーム1
福島県福島市鎌田字卸町10番の1

特典

勇気づけのいのち育て
日めくりカレンダー1部

定員

会場定員：30名(申込先着順)

プログラム (2時間)

- ・オリエンテーション
- ・勇気づけワークショップ
「自分も周りも勇気づけるセルフマネジメント術」
勇気づけとは～自己理解と他者理解
自分を勇気づけていく3つの方法
周りを勇気づけるコミュニケーション
- ・Q & Aやシェアタイム

セルフウェルネス・タッチケア®を体験いただけます！

加倉井さおりプロフィール

大学卒業後、財団法人にて保健師・心理相談員として
幅広いテーマで健康教育を中心に18年間活動
その後起業し(株)ウェルネスライフサポート研究所設立
「勇気づけ」をテーマに企業や官公庁でセルフケア研修、
メンタルヘルス研修や保健師等の専門職向け研修の登壇も
数多く行う。講演実践は3000回以上、受講生は3万人を超える。
3人の男子の母でもある。

どなたでもご参加いただけます！

～このような方はぜひご参加ください～

- ☐ いつも自分にダメだしをしている
- ☐ もっと自分を勇気づけてイキイキしたい
- ☐ 人間関係で悩んでいる
- ☐ 周りの人を勇気づけていきたい
- ☐ 勇気づけのいのち育て日めくり
カレンダーが欲しい！



お問い合わせ

株式会社ウェルネスライフサポート研究所 HP: <https://wellness-happydream.com/>



今後の開催地

* 会場開催となりオンライン配信はありません。* 開催地は変更の可能性もあります。

2024年度

4月14日（日） 神奈川県/ウィリング横浜
6月23日（日） 香川県/サンメッセ香川
9月 1日（日） 福島県/ウィル福島 アクティおろしまち
3月 2日（日） 静岡県/牧之原市/古民家カフェとこ十和

2025年度

長野県 兵庫県 大阪府 広島県

2026年度

秋田県 熊本県 京都府

2027年度

愛知県 富山県 群馬県

2028年度

鹿児島県 福岡県 茨城県 東京都

受講者の声

- ◆ 参加させていただき大変勇気づけられました。
- ◆ 加倉井先生の言葉が心にしみました。涙目になることもあり、たくさんの方に参加いただきたいと思いました。
- ◆ あまり気負わずにやればいいんだという気持ちになります。今回も、とても癒やされました
- ◆ 2時間が本当にあっという間でびっくりしました
- ◆ 勇気づけの輪が広がる感覚、空気感を体感できた
- ◆ 心に響くワークショップを、ありがとうございました。
- ◆ 少しゆっくり時間を作ることができ、これからの仕事にも、活かせそうです。子供への勇気づけが一番難しそうですが、カレンダーをめくりつつ一緒にやりたいです。

この「GOGO勇気づけワークショップ」は全国の27名のプロジェクトメンバーと共に、5年間かけて全国をめぐる企画です。誰もが健やかに、自分らしく、幸せに生きることができるために「勇気づけのいのち育て」ができる社会を目指して勇気づけのいのち育て日めくりカレンダーもお届けし、共に活動していきます。

※参加費の収益の一部は、能登半島地震への義援金などに寄付をさせていただきます。

