



あなたとあなたのお友だちのためのプライベートレッスン

# カスタマイズ Happyレッスン

Dr.カウンセラーと一緒に考えるHappyタイム

仕事がうまくいかない。  
素敵な恋愛ができない。  
夫や家庭生活が何故か空しい。  
おカネもたまらず、先も見えてきて夢も希望ももてない。  
いつも自分だけが貧乏くじを引いている気がする…… そんな悩みを抱えている人たちは  
実に多いものです。

仕事や恋愛、そしておカネに悩んでいるということは、人生に悩んでいること  
これらは小手先の対応ではなく、もっと根っこの部分にある問題を解決しないことには  
何ひとつとしてうまくはいかないでしょう。

断言できます。 あなたの人生はあなた自身で創り上げていくことができます。  
いつまでも、美しく、楽しく、生き活きと生きていく方法があります。  
“若さ”に価値基準を置くのではなく、人としての“美しさ”に価値を置き、その年代年代を  
美しく最高に生きていく スローエイジングのエッセンスやココロを整える術、何よりあなた  
自身の生き方哲学をより良いものに換えていくためのレッスンがあります。

少人数で より深い学びと Happy に生きるための実践的な学びがしたいという希望を頂き  
スペシャルタイムをご用意することとなりました。 一人ひとりの持つ悩みを解決しながら  
進めていく スーパービジョン形式のカフェスタイルレッスンです。

\* スーパービジョンとは、あなた自身の内なる力を引き出しながら、これから必要な新しい知識は  
提供していくという短期間であなたの望む成果を導き出す方法です。

\*\*\*\*\*

**開催方法: 3名からのお申し込みを受け付けます。(6回 ワンクールを基本)**

期間、日時は打合せの上決定

場所は、あなたのお家やお友だちのお家、もしくは、カフェ等をお借りしてのレッスン  
スタイルを取ります。

**テーマ選出: 詳細を打合せにて決定**

**時間: ティータイムをもしくはランチタイムを含む 4時間設定**

**費用: レッスン費用 御相談の上決定**

(お茶代を含みます。 但しカフェなどでのランチやお弁当は実費負担です。)

お申し込みは代表の方から

盛矢携帯電話 090-2291-9099 もしくは、PC メール [sumika@wg7.so-net.ne.jp](mailto:sumika@wg7.so-net.ne.jp) まで  
ご連絡ください。



**実施例1** <<2010年 カフェ de Study>>

内側から外側から Happy になる！ innerside & Outside 4時間でより Happy に！			
第1回	5/17(月)	* オプティマルヘルス 『20歳若く生きる生き方提案』	innerside
第2回	6/14(月)	* 私たちの生きる力の源 『「食」を考える』	Outside
第3回	7/20(火)	* スローエイジング 『スローエイジング科学』	innerside
第4回	8/09(月)	* ココロの健康、カラダの健康… そしておカネの健康も大事です！	Outside
第5回	9/06(月)	* 男と女の心理学 『男女、上司と部下・同僚、家族、友だち…人間関係修復』	innerside
第6回	10/4(月)	* スローエイジング 『幸せの扉を開く「言葉」』	Outside
第7回	11/8(月)	* 第一ステージ 終了 まとめ、未来を創造する	

\*少人数制カスタマイズ…旬のテーマや希望に沿ってカスタマイズ、  
もしくは、完全お任せスペシャルレッスン

**実施例2** <<2011年 スペシャルレッスンお家 de Study in 五月丘・大塚>>

受講生の希望を聞きながらのお任せレッスン♪ 現在進行中！

- 1月23日 わたしも OK あなたも OK ~お互いを大切にできる人間関係を考えよう！  
…TA 心理学&スローエイジング
- 2月01日 わたしも OK あなたも OK ~Happyな関係のためのストローク~  
…TA 心理学&スローエイジング
- 3月01日 私たちの生命の基となる「ヘルスパンを伸ばすための<<食>>を考えよう！  
…スローエイジングの栄養学
- 4月08日 セルフケアのための Happy レッスン  
…TA 心理学&スローエイジング
- 5月06日 「勇気づけ」と「勇気くじき」勇気づけることのできる自分でいよう！  
…アドラー心理学&カラセラピー
- 6月02日 「心の断捨離法と美肌の関係」  
…幸せ心理学とスローエイジング
- 7月06日 「自分と自分の大切な人を Happy にする質問力」  
…モチベーション心理とエイジング