

# 『愛して、学んで、仕事をする』

## 女性塾®

アドバンスコース

心とからだと生き方を整えて、  
さらに自分らしく輝き、幸せになる！

こんなあなたに…

- 結婚、出産、子育てをしながら、妻として、母として、女性として、より自分らしく輝いて仕事をしたい！
- 自分を愛し、周りを愛し、自分を磨き高めながら、仕事をしたい！
- なんとなく毎日を過ごしているけど、新しい自分を発見して前に進みたい！
- 何のために働いているのか？私はいったい何がしくて、何をを目指したいのかハッキリしたい！
- ワークライフバランスを大切にしたい。今の自分のあり方、幸せな働き方を見直したい。

### 講座内容(6名限定：6カ月間1コース)

	テーマ	内容
1日目	自分をもっともっと、愛するために	強み出しワークなど、自己分析で魅力再発見 もっと自分を好きになり、自己肯定感をアップさせるワーク
2日目	愛し、愛される人間関係を築く コミュニケーション術	幸せを拡大するストロークの法則・愛し愛されるコミュニケーションとは？女性脳と男性脳・パートナーシップ
3日目	自分のカラダを慈しむ ウェルネス・ケア	女性のからだのしくみ・キレイを育てる女性ホルモンを整える生活習慣・心とカラダをゆるめるボディワーク
4日目	愛して、学んで、仕事をするための 時間術&幸せな働き方	自分も家庭も、仕事も大切に時間術&ワーク 幸せな働き方・仕事の仕方・あり方
5日目	私の過去・今・未来を見つめる コーチング	これまでの人生を振り返るワーク 今の想いを確認し、未来を見つめるコーチング
6日目	自分らしい輝く人生をつくる！ ビジョンを描く	自分らしい輝く未来をビジョン化していくワークの体験 自分を勇気づけ、ハッピーミラクルを引き寄せる法則

■開催日時 \*時間は13時半～16時です。

<火曜コース> 10/25, 11/22, 12/20, 1/24, 2/21, 3/21

<土曜コース> 10/22, 11/12, 12/10, 1/14, 2/25, 3/11

\*いずれかのコースを選択いただきますが、欠席した場合は他のコースに振替可能です。

■場所 火曜コース 東京セミナールーム 土曜コース 横浜セミナールーム

\*お申し込みいただいた方に詳しい場所をお知らせします。

■募集定員 各コース6名(事前申込・先着順に締め切り)

■講師 (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

■受講料 180,000円(税別) ⇒早期申込割引価格(2016年8月30日まで) 150,000円(税別)

(教材費、個別セッション1回、講座終了後のメールコーチングサポートが含まれます。)

\*分割支払いも可能



## 愛して、学んで、仕事をする女性塾(R)【体験プレコース】

女性塾に興味がある、まずはどんな講座なのか体験してみたい、という方のために、  
【体験プレコース】をご用意しました！(全1回:2時間半)

- ◆開催日時◆ 5月14日(土) 13時半~16時 (ウィリング横浜)  
6月21日(火) 13時半~16時 (恵比寿セミナールーム)  
6月28日(火) 10時~12時半 (恵比寿セミナールーム)  
7月16日(土) 13時半~16時 (ウィリング横浜)  
9月24日(土) 13時半~16時 (ウィリング横浜)
- ◆定員◆ 各8名(申込み先着順・定員になり次第締め切り)
- ◆受講料◆ 8,000円(税別・資料代込み) ⇒ 早期申込割引 5,000円(2016/4/30まで)

### 講師紹介

加倉井 さおり(かくらい さおり) 株式会社 ウェルネスライフサポート研究所 代表取締役  
(保健師・心理相談員・ICP認定コーチ)



●—北海道生まれ、筑波大学医療技術短期大学部、神奈川県立看護教育大学卒業後、心理相談員・保健師とし18年財団に所属。働く女性や母親を対象としてカウンセリングやセミナーの企画運営も数多く手がけ、講演実績は1500回以上にのぼる。働く女性たちへのコーチングセッションや夢を描き叶えるワークなども多数行っている。

●—これまで結婚、出産、育児を通して、妻であり、母であり、女性である自分を大切にしながら、仕事を継続。実母が難病になったことから、育児、介護、仕事の両立に悩む。様々な苦悩を乗り越え、2010年に独立し、(株)ウェルネスライフサポート研究所を設立。主に、心とからだの健康づくりやコミュニケーション、コーチング、女性の生き方、夢を叶える方法などをテーマにした講演や研修を担当。仕事の依頼はほぼ100%クチコミ・紹介・リピートで年間120日以上講演や研修を依頼されている。「笑顔になる、元気になる、幸せになる講演・研修」がモットー。プライベートでは3児(全員男の子!)の母でもある。

### 参加者の声

- ♪ とても参加しやすい雰囲気でした！距離が近い感じがとてもよく「先生対受講者」と意識しない場づくりが女性の共感を生むと感じました。
- ♪ 素敵な講座でした！私が目指したいさおりさん。毎回受けるパワーやオーラだけでも活力が湧いてきました。個別セッションがあるのも良かったです！
- ♪ 違う分野の女性と御一緒し、想いをシェアしながら、様々な女性の生き方やあり方にふれることができ、たくさん刺激を受け勇気づけられました。

この講座に参加  
いただくと...

♪ 加倉井さおりのサイン入り著書とCDをプレゼント。  
(8,000円相当)

♪ 個別セッション60分が講座開始から講座終了後6カ月の  
期間中、1回無料！(通常料金20,000円/回相当)



### \*お申込み・お問い合わせ\*

(株)ウェルネスライフサポート研究所【WOMAN ウェルネスプロジェクト】

メール: [info@wellness-happydream.com](mailto:info@wellness-happydream.com)

HP: <http://woman-wellness-project.com/>

\*HPからのお申し込み受付後に詳しいご案内をさせていただきます。