

# 笑いと健康

講師 **山口 浩康** 氏

色々な企業で、従業員の健康管理を担当してきた実績から、健康に関する知見やスキルが豊富である。また、産業カウンセラーとして、身体の健康面だけにとどまらず、メンタル面でのアプローチにも強い。

■保有資格  
衛生管理者、心の健康アドバイザー、  
シニア産業カウンセラー

健康への「笑い」がもたらす効果が最近話題になっています。

医学的にも科学的にも、笑いが健康によい影響を与える報告が多数なされるようになりました。なぜ、笑いが健康にいいのか？日常生活で笑いをどう増やしていけるか？みなさんと一緒に考えてみませんか？

2023年

9月19日 **火**

13:30~15:00

受講料 **1,000円** (税込)

当日現金支払いのみ。電子決済は不可。

柏市柏2丁目6-17 染谷エステートビル3F

JAICO東関東支部 第2研修室

Big-Aの看板が目印です。イトーヨーカドー裏手側の自動ドアから入り、エレベーターで3Fまでお越しください。

お申込み・お問い合わせ

**04-7168-7160**

(平日 9:00~17:00)

締め切り 9/15 まで!



お申込みは右記 **QRコード** または **お電話** から

最小開講人数▶4名 ※お申込み先着順