



笑顔で健康の会

主催：ありがとう感謝ネットワーク

岐阜市社会貢献まなバンク登録団体

笑顔づくりでストレス解消し元気になります
前向きな言葉を使うと痛みや凝りが解消する
顔のツボマッサージで美顔になり健康になる



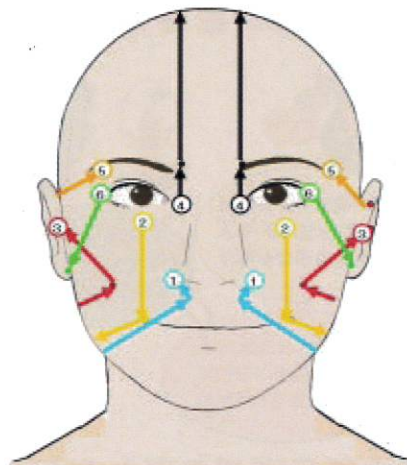
笑顔づくりの練習



「はい」で笑顔

「は」で口を大きく開け
「い」で口を横に開ける

顔のツボのマッサージ



- ① 鼻脇
- ② 目下
- ③ 耳珠
- ④ 目頭
- ⑤ 眉尻
- ⑥ 目尻

顔の6ヶ所のツボをおさえる

病気言葉

怒る 許せない
しんどい 辛い
しんばい 不安
悲しい 情けない
恐ろしい 頑張る
いたい おもたい
わるい だめだ
病気が 治らない
きちんと できない
どんどんわるくなる
めぐまれていない

健康言葉

おもいやり 許す
たのしい 喜び
あんしん 大丈夫
嬉しい しあわせ
やすらぎ きらく
らくだ かるい
良かった いいよ
健康で よかった
まあまあ できた
良くなってありがとう
ありがとうございます

ありがとう感謝ワークショップ

みんなで作る元気スポット

○7月26日(日)1時半～3時半

■みんなの森ぎふメディアコスモス

<あつまるスタジオ>

参加者無料 先着6名様

参加希望の方は予約してください

予約 山科 護 090-4260-3877

メール kaiyuen@hotmail.co.jp

前向きな言葉で癒される ありがとう感謝療法

癒しの家 快癒園
090-4260-3877 山科

メールでのご相談は
kaiyuen@hotmail.co.jp

ホームページは
癒しの家 快癒園で検索

【ありがとう感謝療法スカイプサービス】

誰でもどこにいてもセラピーを受講できる
Skypeで【ありがとう感謝療法セラピー】
あなたのご希望の日時に合わせ無料で
「ありがとう感謝療法」を体験できます
(事前にメールでご連絡ください)

下のQRコードから【スカイプサービス】
kansha.konjiki.jp/sp/skype-service.html

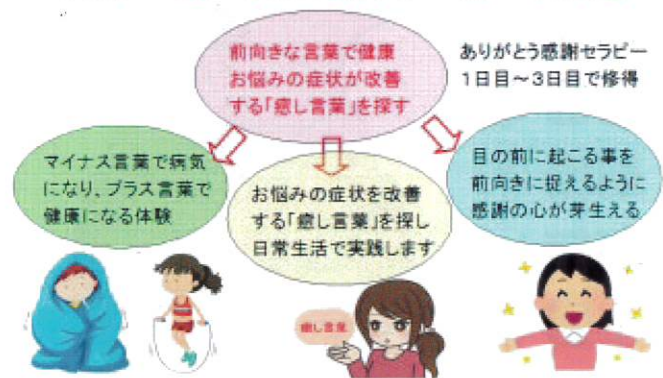


ありがとう感謝療法 感謝療法個人セラピー)

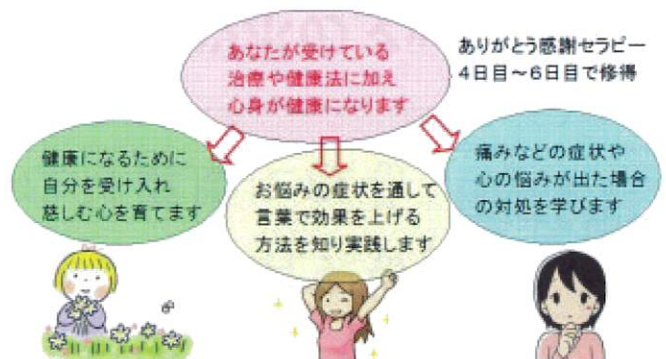
前向きな言葉で健康になる
個人セラピーにより9日間で
あなたの心身は向上します

- 1日目 言葉と健康
プラス言葉で元気になる
- 2日目 癒し言葉
自分の癒し言葉を見つける
- 3日目 感謝実践法
感謝を感じるようになります
- 4日目 自分発見
自分が好きに愛しくなります
- 5日目 自分癒し
「ありがとう」の言葉で元気に
- 6日目 感謝健康法
前向きに感謝して楽になる
- 7日目 ひと癒し
人とのストレスが解放される
- 8日目 言葉癒し
言葉でひとを癒せるように
- 9日目 感謝共鳴法
ひとと共に癒されるように

自分の癒し言葉を探す「癒し言葉」



自分が健康になる「自分癒し」



言葉だけでひとを癒す「ひと癒し」

