



# コロナ禍でもモチベーションを アップ。👉する2つのポイント

今までとは違う生活様式となり、「なかなかやる気が出ない」「目標はあるけれど、どうしたらいいのかわからない」と言った声を聴くことがあります。

脳にはいくつかの特徴(怠けものだったり、早とちりだったり)があり、その特徴を理解してご自身のモチベーションをアップしてみませんか。



講師：伊藤 則子 K19-011

## 8月6日 (金) 10:00~12:00

会場：千葉市生涯学習センター 3階研修室2  
対象：市民  
定員：10人 (申込先着順) 参加費無料  
申込方法：チラシの裏面に必要事項を記入の上、1階生涯学習広場へ直接、またはFAX (043-207-5817) にて申し込み。

【主催・問合せ】

千葉市生涯学習センター学習支援グループ TEL.043-207-5815

# FAX 207-5817

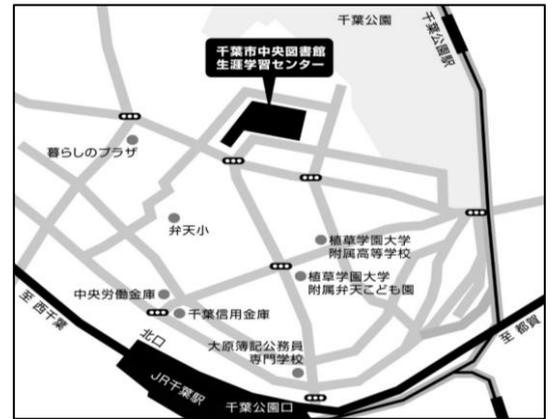


FAXでお申し込みされる方は、下記枠内の②～⑤の必要事項をご記入のうえ、切らずにこのままお送りください。  
(担当：福浦)

①「コロナ禍でもモチベーションをアップする2つのポイント」に、参加申し込みします。	
②氏名（ふりがな） -----	③年齢  歳
④電話番号	⑤FAX番号（FAX申込みの方のみ必須）

## 講師 伊藤 則子 K19-011

【活動分野】 NLP アロマ（コミュニケーション）  
【活動内容】 日常生活を心地よく過ごすための提案  
アロマハンドトリートメント、アロマ教室  
【プロフィール】  
米国NLPTM協会認定NLP トレーナー  
AEAJ 認定アロマセラピーアドバイザー  
AEAJ 認定アロマハンドセラピスト  
認知症介助士



### 【申込方法】 申込締切 定員になり次第締切

①講座名 ②氏名 ③年齢 ④電話番号 ⑤FAX番号（FAX申込みの方は必須）

(交通) ○JR千葉駅「千葉公園口」から徒歩8分  
○千葉モノレール「千葉公園駅」から徒歩5分

### 【問合せ】

千葉市生涯学習センター 学習支援グループ  
TEL.043-207-5815 FAX.043-207-5817

#### 【講座に参加される皆さまへ】

○ 新型コロナウイルス感染症予防に関するお願い

①受講前に検温していただき、受講の際には必ずマスクを着用してください。

また、施設内での新型コロナウイルス感染症予防対策にご協力ください。

②当日の受付時に検温を実施し、37.5度以上または平熱+1度以上の場合は参加をお断りします。

③次の方は、参加をご遠慮ください。

● 普段より熱が高い場合、息苦しさや強いだるさ、軽度であっても咳・咽頭痛などの症状がある場合

● 新型コロナウイルス感染症陽性と診断された方との濃厚接触がある場合

● 過去14日以内に政府から入国制限及び入国後の観察期間を必要とされている国や地域等への訪問歴がある場合、当該在住者との濃厚接触がある場合

○ 個人情報の取扱いについて

参加者の氏名や連絡先は、必要に応じて保健所等の公的機関に提供することがあります。