



シニア Life

プリエッセ

参加無料

人はいつかでもどこからでも良くなれる

原田あつ子の

シンデレラ講座第2弾

～心・身・財の自立をめざす～

11月12日（月）13:30～15:30



60歳を過ぎてから
人生が面白くないですよ。
学びとその実践で、
『良くやったね』と言える
人生を健康で
生きぬきましょう！

会場



心の在り方

陰陽六行から和人の心の在り方を参考にして
心の在り方を見つめてみましょう。

身（体）のお手入れお掃除エクササイズ

やりっぱなし使っぱなしは50歳前後、人生も後半に
なると生き方の不自然さが、体に結果として表れてきます。
それを簡単に改善する和のエクササイズを実践しましょう。

財（才能）を伸ばしていく技術

自分という人間を育てる、磨くにはどうしたら良いのでしょうか。
幸せな豊かな人生を送る技術を学びましょう。

後援：一般社団法人 Life of life 協会