

睡眠負債を解消

～快眠術で業務効率アップ～



人それぞれ、個性豊かな“睡眠力”に注目し、“睡眠のチカラ”を高めることで、仕事、美容、アイチエイジングなど欲しい結果を得られる眠りをプロデュースする。免疫力の向上など、眠りを整えて正しい「睡眠術」を学びましょう。

日時 令和6年 3月15日(金)
受付15:00
開始15:30 終了17:00

講師 快眠プロデューサー
株式会社エアウィーヴ 睡眠講座講師
長谷川 恵美 氏

会場 相模原法人会3F会議室
(相模原市中央区富士見 6-13-16)

受講料 無料

定員 50名 (先着順)

主催 公益社団法人相模原法人会
お問合せ TEL ▶042-755-3027

申込み 3月8日(金)迄に、FAXにて相模原法人会
事務局へお申込ください。※要事前申込

事務局 FAX
▶042-753-3273



眠りから人生の質を変える快眠マイスター。TVキャスター、外資系出版社やコスメの広告/PRを経て、今はエアウィーヴの快眠プロデューサーとして活躍。

一般社団法人日本睡眠教育機構
上級 睡眠健康指導士
一般社団法人日本睡眠改善協議会
睡眠改善インストラクター
日本睡眠学会正会員



*FAXは切らずに送信してください

睡眠負債を解消 ～快眠術で業務効率アップ～

月 日 申込

※個人情報の取り扱いについてご記入いただいた個人情報は、公益社団法人相模原法人会事業活動に関する情報提供と参加者募集のご案内、ご連絡にご利用させていただく以外に使用したり第三者に提供することはありません。
※中止等の連絡をさせて頂く場合がありますので、携帯電話または日中ご連絡のつく電話番号をご記入ください。

事業所名 (会員の方のみ)		ご自宅の電話番号	
		携帯番号	
		FAX	
ご住所	〒	参加者名	
参加区分	会員 () 一般 () ※○印を付けてください。		

事務局返信欄

様 お申込受け付けました。