

参加者
募集

高校生・大学生 対象



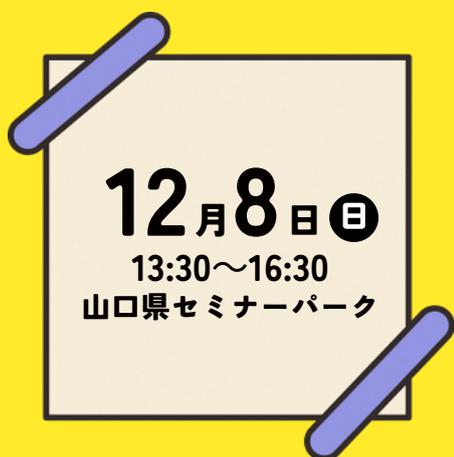
ウェルビーイング ワークショップ

幸せの カタチ



世界中で注目を集める

ウェルビーイングに触れるワークショップ！



近年、ウェルビーイングは
企業や教育現場、大学の講義などに
積極的に取り入れられている
注目のキーワードです

進学や就職など、
より幸せな未来を過ごすための
ヒントを見つけましょう！

主催：山口県 公益財団法人山口県ひとづくり財団

ウェルビーイングは、
心身ともに健やかに生きるための**鍵**です。
あなたらしい「**幸せ**」を見つけるための
ヒントを一緒に探しましょう！

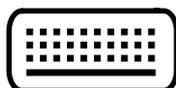


日時/会場

12月8日(日) 13:30～16:30

山口県セミナーパーク (山口市秋穂二島1062)

対象/定員



県内の高校生・大学生及びそれに
準ずる年齢の方
30名程度 (参加費無料)

内容



- ・ ウェルビーイングとは？
- ・ あなたの幸せのカタチ
 幸せの4因子を高めるワーク
 体を動かすワークなど

講師からのメッセージ

このワークショップでは
「ウェルビーイング(心と体の健康や幸せ)とは何か？」の
基本的説明と、科学的に証明された
ウェルビーイングを高める4つの因子を紹介します
「**あなたの幸せのカタチ**」をテーマに
体を動かすアクティビティや
心と向き合うワークをしながら
**充実した毎日を過ごすための
実践的なヒント**を見つけていきましょう！



前野 マドカさん

EVOL株式会社代表取締役CEO
wellonePJ株式会社 最幸顧問
慶應義塾大学大学院SDM研究科 研究員
武蔵野大学ウェルビーイング学部 客員教授

吉田 忍さん

wellonePJ株式会社 代表取締役
エグゼクティブコーチ
WBDC認定ファシリテーター
ウェルビーイング学会 会員



石原 実奈子さん

wellonePJ株式会社 取締役
CIHS (ハビネススタディ認定) 修了
WBDC認定ファシリテーター
ウェルビーイング学会 会員



お問合せ

(公財) 山口県ひとづくり財団
県民学習部

☎ 083-987-1710

✉ yh-kengaku@hito21.jp

お申込み

「やまぐちWell-Being」HP (<https://hito21.jp/well-being/>) から
お申込みください 【11月27日(水) 締切】



- ・ 申込み多数の場合は抽選を行います
- ・ 抽選結果は当落に関わらず申込者全員にメールで
 通知します (締切後1週間以内)
- ・ 当日の持ち物等詳細は当選者へ通知します