

岡部明美3Daysワークショップ in 安曇野カモミールの里

# からだの声を聴く 心の声を聴く



**2019年**  
**6月24日(月)**  
**～ 26日(水)**



■時間 : 6月24日14時(集合13:30) ～ 26日15時頃

■場所 : カミツレの宿 八寿恵荘

〒399-8604

長野県北安曇郡池田町広津 4098

TEL 0261-62-9119

■アクセス: JR篠ノ井線 明科駅より車で30分

※送迎有、お申込みの際にお問合わせ下さい

■募集人数: 20名

■参加費: 初めての方 120,000円

(宿泊・食費込み) リピーターの方 110,000円

※ リピーター(過去に岡部明美 3Days ワークショップを受けたことがある方)

■主催: ゆるしいろ 島崎はるみ

■運営事務局: 菊地健介, 江尻あずみ

■お問合わせ: azumino@okabeakemi.com

■お申し込みは <http://okabeakemi.com/workshop/>

専用フォームよりお申し込みください



**講師 岡部明美**

ワークショップ・ファシリテーター

LPL 養成講座講師/心理カウンセラー/セラピスト

作家/東海ホリスティック医学振興会顧問

※詳細はWEBをご覧ください

— 楽 —

楽に生きることは 手を抜くことでも 怠けることでもなく  
心とからだを楽にして生きることだった  
心とからだを楽になつてくると 自然と肩の力が抜けてゆき  
自分にやさしくできるようになつてゆく  
自分にやさしくなれると 不思議なことに人との関係が柔らかくなってゆく  
人との関係が柔らかくなると 自分らしさがふんわり溢れてくる  
自分らしさが溢れてくると 生きることがだんだん楽で 楽しくなつてゆく  
「もどっておいで私の元気」岡部明美著(善文社)

『課題図書』Amazonにて販売中



「もどっておいで 私の元気!」 (善文社)  
「私に帰る旅」 (学芸みらい社)  
「約束された道」 (学芸みらい社)