

## 氏名

ありその  
**有園 あつこ**

## 指導概要

**指導内容** 老若男女、誰でもノートとえんぴつさえあれば始められる「ほめ日記」の書き方をお伝えします。ストレスが軽減され自己尊重感が育ちます。

**指導対象** 乳幼児、小学生、中学生、高校生、青年、成人、高齢者、女性、男性、障がい者とその家族

**活動地域** 市内、県内(鹿児島市内を除く)、県外

**指導方法** 講義、実技

**指導可能時間帯** 月～日(午前・午後・夜間)

**所属団体** (一社)自己尊重プラクティス協会

## 講師情報

### 生年

### 問い合わせ先

(一社)自己尊重プラクティス協会  
〒893-0064  
鹿屋市西原1-2-6  
電話 090-2080-0075  
FAX 0994-41-4411

### 活動歴

- (1)鹿屋市役所男女共同参画職員研修講師
- (2)曾於地区養護教諭研修講師
- (3)薩摩川内地区養護教諭研修講師
- (4)財部中学校職員研修講師
- (5)鹿屋市東地区学習センター親子はぐくみヨガ講師
- (6)鹿屋市子育て支援担当者職員研修講師
- (7)財部小学校5年生授業
- (8)霧島小学校家庭教育学級講師

### 免許資格

- (1)(一社)自己尊重プラクティス協会 認定インストラクター
- (2)子供心理カウンセラー
- (3)メンタル心理カウンセラー
- (4)行動心理カウンセラー

### 執筆等

**費用等** 要相談 1講座5,000円程度

### ホームページ

**電子メール** [akkun-chiori@taihei-onsen.com](mailto:akkun-chiori@taihei-onsen.com)

### 意見・要望(メール)

## ☆市民へのメッセージ☆

真に自己尊重感が根付くと、自分のことを大切に思えるようになるのと同時に他者への尊重感が同時に育ってきます。自分の命も他の命も大切にできる社会を作る。人生の土台となる「自己尊重感」を根付かせるシンプルなのに効果絶大な「ほめ日記」の真髓をお伝えします。