

メンタルウェルネストレーニング＝思い方を良くするトレーニング

この勉強会で様々な悩みを緩和・解消し、健康に目標達成しましょう！



2026年 MWT勉強会(WEB開催・MWT協会員は参加費無料)

【開催日程とテーマ】

※開催時間は2時間です

- ・ 1月13日(火) 18:00～ 対人関係をよくする!(講師:平真理子)
- ・ 4月22日(水) 19:00～ 免疫力アップ!(講師:三鍋和美) ※以下全て
- ・ 7月29日(水) 19:00～ 気力アップ!
- ・ 10月21日(水) 19:00～ 自律神経バランスをサポート!



【こんな方、ぜひご参加ください!】

- ・MWTの資格を取得され、さらに継続的に学びたい方!
- ・これからメンタルトレーニングを学んでみたい方

■開催内容概略

開催形式:インターネット(ZOOM)へのアクセスのみで参加可

日時・講師:上記記載

参加費:2,000 円(税込・一般)

無料→MWT協会員(賛助会員も含む)

各回のプログラム内容

(2時間)

- ① 各回テーマ講義
- ② 質疑応答・ディスカッション
- ③ 事務局よりのご案内

■担当講師(日程により変更の可能性もございます)



三鍋和美(上席指導講師・MWT推進委員)

平真理子(上席指導講師・MWT推進委員)

■参加方法

- ・開催前に MWT 協会ポータルサイトに「参加用アドレス・ID・PASS」をお知らせします。
- ・参加をご希望の方は開催当日の開始時間 30 分前から入室が可能です。
- ・スマホやタブレットなどでご参加の場合事前に Zoom アプリのインストールをお願いします。アプリストアで「Zoom」と検索してください。PC をご使用の方は事前に ZOOM アカウントを作成した上でサインインしておくとスムーズです。

■お問い合わせは・・

TEL 0120-441-664 (10:00～17:00)※日・月・祝は公休

MAIL info@mentalwellness.jp

一般社団法人メンタルウェルネストレーニング協会まで