

タフな心の育て方

～消防メンタルに学ぶ～



★当日会場で、講師の著書『消防メンタル タフな心をつくる技術』（定価 税込1,620円⇒講師特別価格 税込1,100円）を販売いたします。ご希望の方は、参加申込画面の「購入確認欄」で「希望します」を選択してください。

ストレス社会と言われる現代に生きる私たち。

心の葛藤に立ち向かい、逆境に強い自分になるにはどうしたら良いのでしょうか？
すぐに緊張したり、ちょっとしたことでクヨクヨしたり、イライラしたり…。そんな自分の弱い部分に気付き、なんとか克服したいと誰もが願うもの。でも具体的にどうしたら良いかわからない…という皆さん。過酷な現場で活躍する約3万人の消防士の方々の育成にたずさわってきた鎌田修広さんから、しなやかで折れない「タフな心」の育て方を共に学びましょう。

のぶひろ

鎌田 修広さん

タフ・ジャパン代表/元 消防学校教官



心・絆・体トレーナー
元横浜市消防訓練センター体育教官
総務省消防庁消防大学校講師
全国消防学校等「消防体育」講師
株式会社タフ・ジャパン代表取締役

著書

『生涯現役・消防筋肉』（イカロス出版）
『消防メンタル タフな心をつくる技術』（イカロス出版）
『愛と絆で命をつなぐ「防災道徳教育」』（モロロジー研究所）

第1回「内省」～心のクセに気付く～

19:00～20:45 講義 + 実践

- ▶自分自身を深く掘り下げてみる
- ▶性格を直すのではなく利用してみる
- ▶自分の強みを発見してみる
- ▶今日の学びを自分の中で整理しよう

20:45～21:30 交流会（乾杯ワンドリンク付き）

- ▶今日の学びをみんなで振り返ろう！

本プログラムは3回シリーズで開催します。
もちろん1回だけの参加も大歓迎！

- 第1回 2018年 7月25日（水）「内省」（今回）
- 第2回 2018年 10月17日（水）「目標」
- 第3回 2019年 2月6日（水）「自己承認」

2018年

7/25（水）

19:00～21:30（受付開始 18:40）

2,500円（税込）

- ※事前支払（クレジットカードのみ）
- ※KK²協賛メンバーは500円引き

霞が関ナレッジスクエア（KK²）Webサイトからお申込みください（定員 30名）

KK2

検索


 ※KK²web会員への登録が必要です（無料）

会場

霞が関ナレッジスクエア（KK²）「スタジオ」

 東京都千代田区霞が関3-2-1 霞が関コモンゲート
西館ショップ&レストラン3F（西館奥エスカレーター上がる）


- ・銀線 虎ノ門駅 11番出口より徒歩3分
- ・丸ノ内線、千代田線、日比谷線「霞ヶ関駅」A13番出口より徒歩6分

主催

 株式会社タフ・ジャパン
一般財団法人高度映像情報センター（AVCC）

お問い合わせ

 霞が関ナレッジスクエア（KK²）事務局
TEL 03-3288-1921（9:00～17:30 月～金、平日のみ）