

IBMF 公被労

トシジ

資格取得講座

脳疲労・睡眠アドバイザーとは

現代における一日の情報量は、江戸時代の約1ヶ月分ともいわれ ます。情報処理能力を超えた脳は、使い過ぎて熱くなったスマホ の様な状態「脳疲労」を起こしています。中々取れない肩・首 のコリ、眼精疲労、偏頭痛、不眠、疲れが抜けない等のお悩み を抱えたお客様が多くありませんか?それは「脳疲労」が原因 かも知れません。脳が唯一休む事ができるのは、ノンレム睡眠と いう深い眠りについた時だけ...。

本講座では脳科学や栄養学、第2の脳とも言われる腸の活動 に基づいた、脳疲労改善ノウハウを学ぶ事ができます。



講座日程・時間 [時間は各回共通 12:00~17:00]・会場

東京会場 +ZOOM

3/14[火] 4/26[水]

6/8[未]

7/18欧

ZOOM受講を ご希望の方へ

·ZOOM受講は必ず常時カメラをONの状態でご参加いただきます。 ・仕事や移動、食事等をしながらのご参加はご遠慮いただいております。 ・上記に従っていただけない場合は、ZOOMのミーティングより ご退出いただきますので、予めご了承ください。

※定員になり次第締め切りとさせていただきます。 ※万が一、各開催の申込人数が10名に満たない場合、 開催を中止させていただく場合がございます。



株式会社プロラボホールディングス本社

〒108-0073

講師

東京都港区三田3-7-18 THE ITOYAMA TOWER 5F

TEL:03-6436-9750(代表)

広瀬 恵子



修了証 「ディプロマ] & テキスト



— Head Heaven 代表 —



広瀬式ヘッドヘブンメソッド考案者 である広瀬 恵子代表。

セラピストや講師、そしてサロン経営 20年の経験から延べ2万人以 上の施術を行い、現代人の悩み となった偏頭痛、眼精疲労、 首肩のコリ、不眠などに大きな効 果があるドライヘッドスパのパイオ ニアです。



IBMF 脳疲労・睡眠アドバイザー資格取得講座



講座内容 ※小休憩を挟みます

第2章 第3章 第4章 第5章 第1章 脳疲労とは 睡眠について 脳疲労を回復させる 睡眠の質を上げる 脳のパフォーマンスを上げる ・脳疲労ケア ・睡眠の質を上げる レポート ・脳疲労チェック ·睡眠負債 ·睡眠 作成 ・現代人の悩みは ・ノンレム睡眠 ・デジタルファスティング 朝・夜の習慣 ・ファスティング 肩から上に集中 ・脳内デトックス ・光と運動 レム睡眠 ・糖質コントロール ・頭蓋骨の呼吸と ・ミトコンドリアの活性 ・脳の大きな機能 ・脳の栄養学 ・寝具の整え方 ・脳疲労とはどの 脳疲労の回復 ・マインドフルネス ・睡眠のための ・ブレインフォグ ような状態であるか ・睡眠と腸 栄養学 シータ波



費用·認定方式

講 料

41,800円[稅込] ※別途年会費が必要です。 【法人会員】11,000円[稅込] 【個人会員】5,500円[稅込] ※料金にはテキスト代、ディプロマ発行手数料が含まれております。 認定 方

「レポート提出」※レポート提出後、ディプロマ[修了証]を贈呈

12:00~16:00[講座]

16:00~17:00[レポート作成]



お申込み・お問い合わせ



一般財団法人 内面美容医学財団 事務局 株式会社プロラボホールディングス内 Tel 03-6436-9771 Email info@ibmf.jp Fax 03-6809-6335 URL https://ibmf.jp



スケジュール・WEBでのお申し込みはコチラ

一般財団法人内面美容医学財団事務局[株式会社プロラボホールディングス内]行

お申し込み票	※下記をこ記人のうえ、このま	(/2000)	申込日:	年 月	В	
★受講方法	□ 会場受講 □ Zoom受講					
★受講コース	ご参加希望の日程にチェックを入れてください。[複数回答は不 3月14日 [火] 4月26日 [水]	□ 7月18日 [火] □ 8月10日 [木]				
★希望入会種別	別					
★ふりがな	_		★性別	男 · 女		
★氏名	ĘĮ		★生年月日	年	月	Н
★ローマ字			★希望登録住所	自宅	140	肋務先
★住所	〒 都道 府県 					·マンション名
★TEL		★携帯電話				
★ E-mail						
振込名義名		振込日				

★必須事項となりますので、ご記入お願いいたします。

※本申請書の申込にあたり、一般財団法人内面美容医学財団の各「会員規約」に同意するものとします。 ※各種規約につきましては、別紙をご参照ください。(規約がお手元に無い方は、事務局までお申し付けください。) ※ディプロマ印字は個人名のみの発行となります。

本申込書にて申込された方(以下「申込者」)の個人情報は、一般財団法人内面美容医学財団(以下「当財団」)から会報の送付、その他連絡等、当財団の目的に必要な範囲内で使用いたします。また、この個人情報の収集は、 適法かつ公正な手段によって行われるものとします。当財団は、申込者から収集した個人情報を申込者本人の書面による同意なしに第三者に開示する事は原則としてありません。また、当財団または当財団が業務を委託する団 体から、当財団の事業に関する情報をダイレクトメール、電話、Eメール等でご案内させて頂く事があります。ご案内を中止されたい場合は当財団までご連絡ください。