

たった90分参加するだけで、幸せなパートナーシップが築ける魔法のワークショップ！

今、あなたはどれくらい
自分が好きですか？

自己紹介をしてみよう！
名前・どこから来たか
参加したきっかけ

男性のどんなところに
惹かれますか？

私たちは本能的に選んでいます。

それは嗅覚！

男性から出されるにおいて
判断しています。

価値観の偏り

優

冷

甘

厳

ちゃんと

だらしない

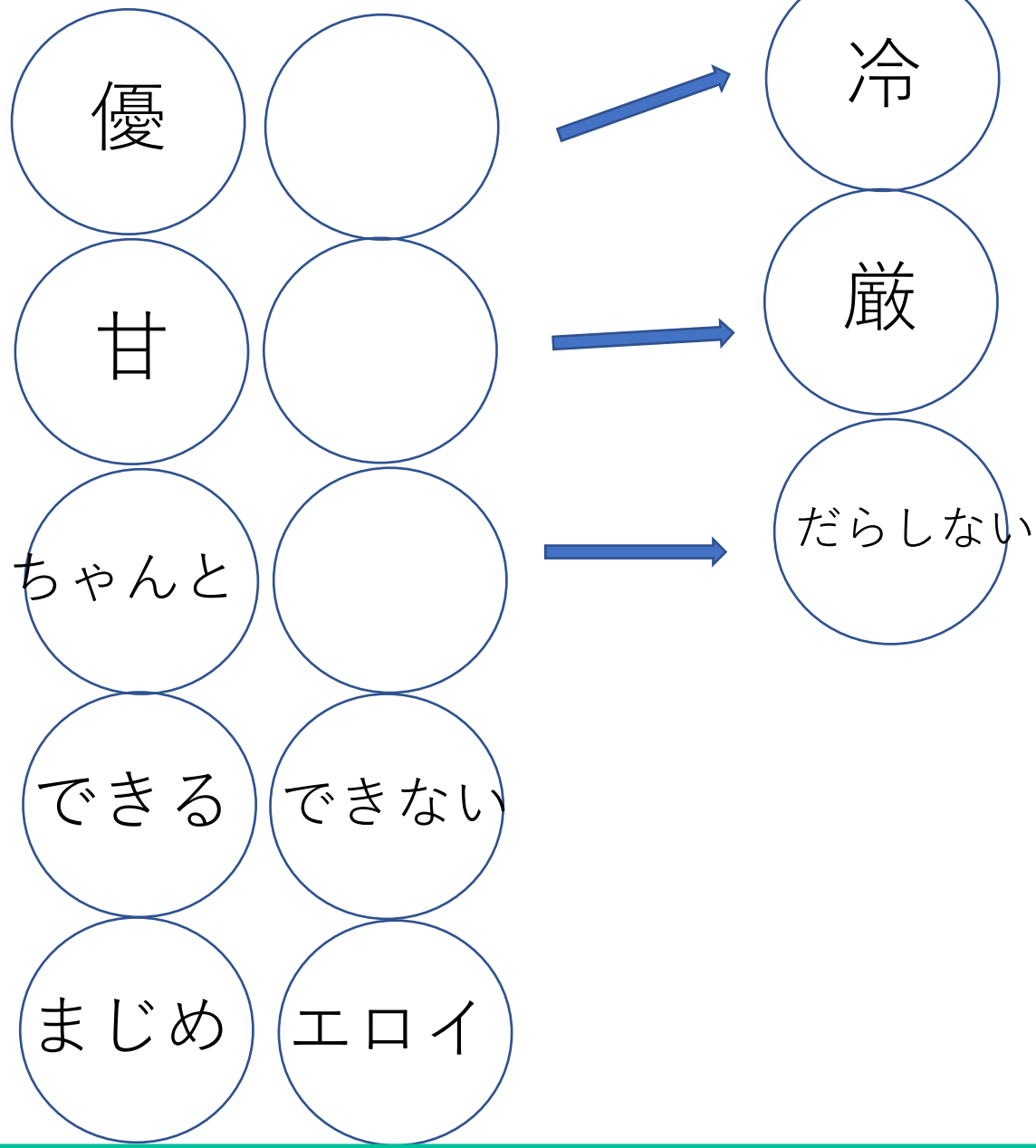
できる

できない

まじめ

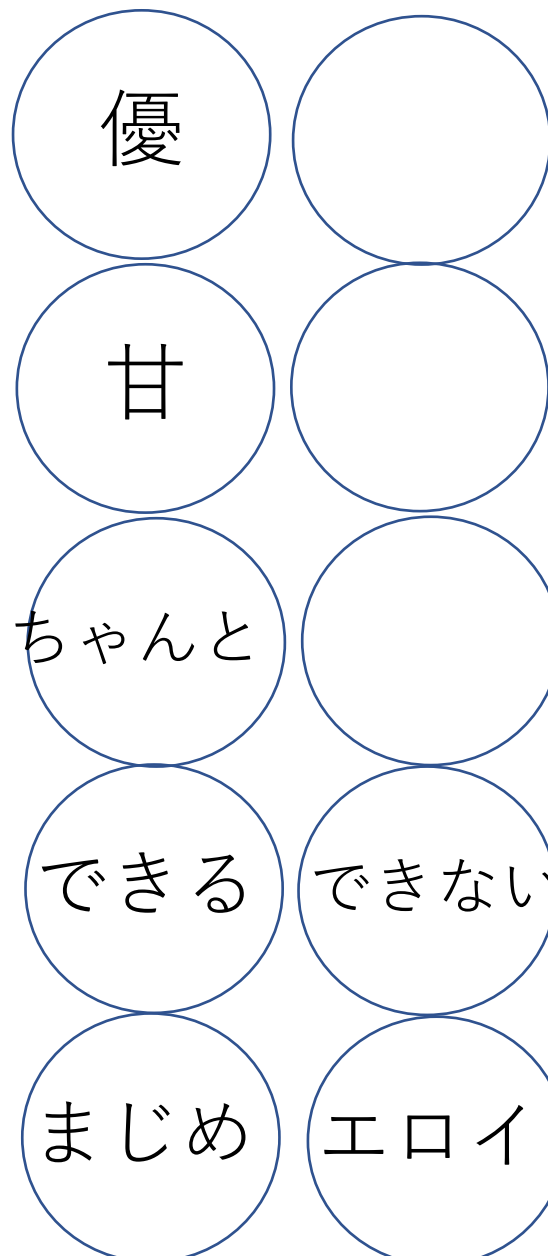
エロイ

価値観の偏り



価値観の偏り

クールでかっこいい！



冷

厳 厳しくできるって
すごい！

だらしない

私がやってあげな
くっちゃ

自分が捨てた部分、
穴が空いた部分を
埋めるために
相手を選んだ

パートナーシップの悩み？
どんな悩みがある？

どんなことをしてきた？

**夫婦関係が劇的に良くなる
たった一つのこと！**

あなたが幸せになること！

愛される妻の共通点

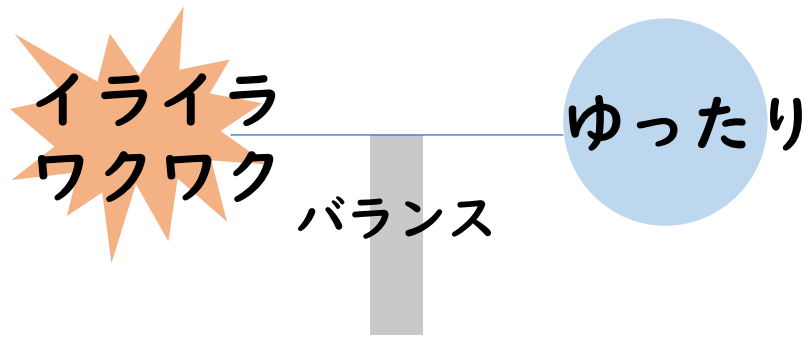
- いつも笑顔
- 料理が上手
- 怒らない
- 甘え上手(彼を頼りにできる)
- ポジティブ思考
- 夫を信頼している
- 夫のことを褒め上手
- 自分磨きを怠らない

心は何でできている？

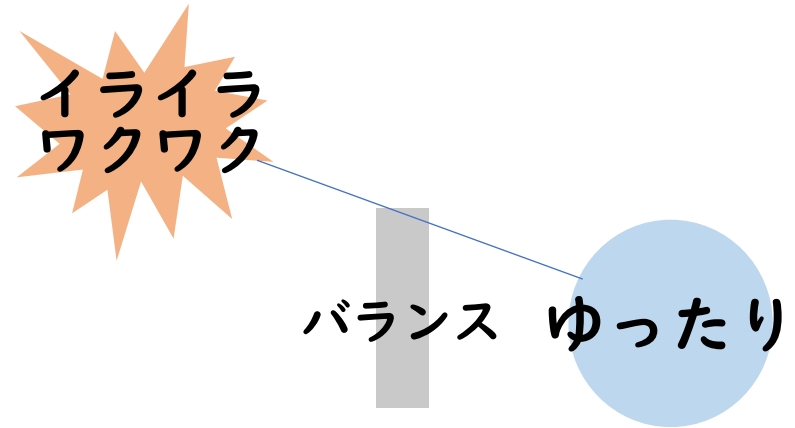
栄養 経験

心は栄養によって作られる！

心が安定する仕組み



バランスのいい状態



不安定な状態

イライラ・ワクワク 興奮系-ドーパミン、ノルアドレナリン
ゆったり 抑制系-GABA
バランス 調整系-セロトニン

セロトニンはどうやったら分泌できる？
車の運転にたとえてみると！

心は栄養によって作られる！

昨日食べた食事を思い出してみよう！

朝：

昼：

晩：

五大栄養素とは？

五大栄養素を意識した メニューを考えよう

なりたい自分とは？
あこがれ・素敵だなと思う人
素敵だなと思う人の共通点
なりたい自分の理想像

アンケートのお願い

- ①体験会に来て、良かった点はどこですか？
- ②他セミナーと比べて、どの点が違いましたか？
- ③体験会を検討している方に、オススメの言葉をお願いします！