

参加者  
募集

小学4年生～中学3年生 対象

ウェルビーイング ワークショップ



君だけの  
幸せって  
なんだらう？

心も体も元気に過ごすための  
ヒントを学べる特別な機会！

自分がワクワクする事や  
大切にしている事などを考え  
楽しく学ぼう！

令和7年

1月26日

13:30～16:00

山口県セミナーパーク

主催：山口県 公益財団法人山口県ひとづくり財団

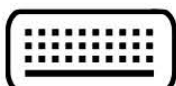
## 日時/会場

令和7年1月26日(日)  
13:30~16:00

山口県セミナーパーク  
(山口市秋穂二島1062)



## 対象/定員



県内の小学4年生~中学3年生  
30名程度 (参加費無料)

## 内容



- ・ ウェルビーイングとは？
- ・ きみだけの幸せってなんだろう？  
 幸せの4因子を高めるワーク  
 体を動かすワークなど

## 講師からのメッセージ

このワークショップでは

「ウェルビーイング(心と体の健康や幸せ)」について

みんなで一緒に考えていきます

科学的に証明された4つの大切なポイントを使って

自分の幸せをどうやって高めるか

「君だけの幸せって、なんだろう？」を

テーマに、体を動かしながら、

自分の気持ちに向き合ったりして、

毎日をもっと楽しく、充実させるためのヒントを

見つけていきます



前野 マドカ さん

EVOL株式会社代表取締役CEO  
wellonePJ株式会社 最幸顧問  
慶應義塾大学大学院SDM研究科 研究員  
武蔵野大学ウェルビーイング学部 客員教授



吉田 忍 さん

wellonePJ株式会社 代表取締役  
エグゼクティブコーチ  
WBDC認定ファシリテーター  
ウェルビーイング学会 会員



石原 実奈子 さん

wellonePJ株式会社 取締役  
CIHS (ハピネススタディ認定) 修了  
WBDC認定ファシリテーター  
ウェルビーイング学会 会員

## お問合せ

(公財) 山口県ひとづくり財団  
県民学習部

☎ 083-987-1710

✉ yh-kengaku@hito21.jp

## お申込み

「やまぐちWell-Being」HP (<https://hito21.jp/well-being/>) から  
お申込みください 【令和7年1月13日(月) 締切】



- ・ 申込み多数の場合は抽選を行います
- ・ 抽選結果は当落に関わらず申込者全員にメールで  
 通知します(締切後1週間以内)
- ・ 当日の持ち物等詳細は当選者へ通知します