

美容師だけじゃない。働く世代に届けたい「心の筋トレ」 社会貢献にカウンセラーが立ち上がった。 心を知れば、人生が動き出す——。

倒産・離職・ストレス社会の中で、“心”から立て直す無料レクチャーが大阪で初開催



■ 概要

近年、美容業界では倒産件数が過去最多を記録し、医療・教育・福祉など、あらゆる職場でもメンタル不調や離職の問題が深刻化している。そんな中、「働く世代がもう一度、自分を取り戻せる場所をつくりたい」と立ち上がったのが心のカウンセラー春原いづみ（すのはら・いづみ）。

彼女は20年以上にわたり、1,000人以上の悩みと向き合ってきた。

その中で気づいたのは——

「どんな人も“心の扱い方”を知らないまま、がむしゃらに働いている」という事実。

その思いから始まったのが、

“心の筋トレ”として注目されるダイアネティックス®無料レクチャー。

これまで芦屋や静岡で開催され、満員が続く人気講座が、

11月27日、大阪・心斎橋で初の無料開催を迎える。

■ 開催詳細

- ・ 日程：2025年11月27日（木）19:30～21:30
- ・ 会場：大阪府大阪市中央区東心斎橋1丁目8-11-2008（心斎橋駅 徒歩5分）
- ・ 参加費：無料（事前予約制）
- ・ 講師：春原いづみ（ダイアネティックス®カウンセラー）
- ・ 主催：Manawa HAIR & EYEBROW（代表：阪野微香）

講座のテーマ

「心を知れば、人生が動き出す」

——自分の心の仕組みを理解し、ストレス・人間関係・自己否定などの根本原因に気づく。
心のしくみの実践的トレーニングを融合した新しい“心の筋トレ”メソッドを体験できる。

【参加にあたってのお願い】

より深く集中していただくために、下記の点にご協力ください。

- ・医薬品・アルコール類は24時間前より摂取をお控えください。
- ・前日は7時間以上の睡眠を。
- ・当日はしっかり食事を摂ってお越しください。



講師

プロフィール LIG代表カウンセラー

春原いづみ（すのはら・いづみ）

ダイアネティックス®カウンセラー。

20年以上にわたり、1,000人以上の心と人生の再建に携わる。

“美容×心”という新しい視点で、働く世代のストレス・離職・人間関係の課題に向き合う。芦屋を拠点に全国で講演・セミナーを開催。

見所

・夜の美容室が“学びと再生のコミュニティ”に変わる

心斎橋のタワーマンション20階。美容室の営業後、夜景を背景に始まるのは「心のレクチャー」。
美容師・看護師・会社員・経営者など、肩書を越えて集う参加者たちが、“本音で語り合える夜のサロン”として注目を集めている。

・倒産率過去最多の業界から始まった“心の教育”ムーブメント「美容×心」という異色の掛け合わせが生んだ、新しい社会貢献の形。ストレス・孤独・人間関係・離職など、働く世代の課題にアプローチする“心の筋トレ”という新しいメンタルケアが広がりつつある。

お問い合わせ

✉ manawa2008.2@gmail.com

主催：Manawa HAIR & EYEBROW

担当：

「これは“特別な人のための心理講座”ではなく、誰もが日々の中で使える

“心の筋トレ”です。頑張っているすべての働く世代に届けたい。」

——阪野微香（Manawa HAIR & EYEBROW 代表）