

# WRAPファシリテーター 養成研修 in宮崎

## WRAP(元気回復行動プラン)とは？

自分が元気で自分らしくあるため、あるいは健康を取り戻していい感じで毎日を送るために”**自分のために自分でつくる行動プラン(トリセツ)**“です。

子育てや仕事など自身のことや周りとの人間関係など、日々の生活の中で、「WRAP」は自分自身を振り返り、どんなときでも自分らしく豊かな生活を送る手助けになります。家庭や学校、職場など様々な場所で活用できます。

**日時** 2025  
5/2(金)～5/6(火)

**WRAPアドバンスレベル  
ファシリテーター**

青木裕史 (ひろってい)  
下田亮太 (つきゆび)



**会場** 訪問看護ステーションおあふ  
宮崎市清武町西新町11-3(清武支所そば)

**費用** 50,000円 (5日間) \* 経済的困難がある方への25,000円の補助金制度あり  
(若干名のため、ご相談ください)

### 【参加する上で望ましいこと】

- ① WRAPクラス(グループ)を修了された方であること
- ② 自分のWRAPを持っていること
- ③ 5日間参加できること



**定員** 16名 (先着) **申込み方法**  
電話、メール、インスタからお申込みいただけます  
【申込み締切：4月16日 \*定員に達し次第、締切とさせていただきます】

★ 研修を修了した方はWRAPファシリテーターとして、WRAPクラスやワークショップを開催することができます。

★ WRAPファシリテーターは、「自分のWRAP」について、参加者の方と共に学び合い、つながりを創る存在です。

WRAP ファシリテーターとして一緒に活動してみませんか？

主催：株)インクルネットひなた  
こころステーションPono  
訪問看護ステーションおあふ



お申込み/お問い合わせ



©OAHU\_2018.2.1



TEL : 090-1342-6538

mail : kstationpono@gmail.com