

朝食勉強会開催

立教経済人クラブでは今年度最初の朝食勉強会を7月3日AM 7時45分より9時30分迄第一ホテル東京4F「フローラの間」に於いて開催した。

ゲストスピーカーとして、アメリカでのカウンセラー経験をもとに、日本で精神医療を中心としたコンサルテーションと病院内での臨床心理を行っている(株)マックスインターナショナル代表取締役川西由美子氏にお越し頂き「ストレス社会を生き抜く護身術」というテーマでのお話を拝聴させて頂いた。

清々しい朝に立教経済人クラブの仲間と一緒に朝食をして、川西先生のお話を聞き充実した時を過ごす事が出来た。

日本経済低迷が続く世情の中、倒産が相次ぎ、企業はリストラを推し進めており、今まさにストレスの溜まる時代である。また現代社会に於いてはあらゆる場面でストレスが溜まる要因が多くあり、健全な精神を保つ事は難しい状態である中、今回のテーマは非常に参考になり、先生のお話を教訓として、今後の生活でのストレスをなくし、生き生きとした毎日を送っていきたいと思う。

