

一般社団法人 日本総合ヨガ普及協会設立記念

やました ひでこ講演会

断捨離[®]で 日々是ごきげんに 生きる智慧

2025年11月30日(日)

14:00～15:30 (13:30開場)

■会場

ホテルプリムローズ大阪
2F 鳳凰

大阪市中央区大手前3丁目1-43

【交通アクセス】

Osaka Metro谷町線または中央線

「谷町四丁目」駅下車【1-A】

もしくは【1-B】出口より徒歩約1分

※ホテル駐車場は利用出来ません。

近隣の駐車場をご利用ください。

■入場料

5,000円(自由席)

■定員

200名

この講演会は一般社団法人「日本総合
ヨガ普及協会」設立記念行事として開
催のため、一部会員専用席を設けて
おります。ご了承ください。



●やました ひでこ

断捨離提唱者 / ミリオンセラー作家 / 一般財団法人「断捨離[®]」代表

学生時代に出逢ったヨガの行法哲学「断行・捨行・離行」に着想を得た「断捨離」を、日常の「片づけ」に落とし込み応用提唱。誰もが実践可能な「自己探訪メソッド」を構築。断捨離は人生を有機的に機能させる「行動哲学」と位置づけ、空間を新陳代謝させながら新たな思考と行動を促すその提案は、年齢、性別、職業を問わず圧倒的な支持を得ている。

『断捨離』をはじめとするシリーズ書籍は、国内外累計700万部ミリオンセラー。アジア各国、ヨーロッパ各国において20言語以上に翻訳されている。

※「断捨離」はやましたひでこ個人の登録商標であり、無断商業利用はできません。

チケット販売方法

【一般前売り開始】

10月1日(水) 8:00

Peatixにてご購入ください



定員(200名)になり次第締め切りとさせていただきます。
その他詳細はPeatixでご確認ください。

一般社団法人 日本総合ヨガ普及協会について

一般社団法人「日本総合ヨガ普及協会」は日本のヨガ発展に貢献された、沖正弘先生のヨガ哲学や技術を継承しつつ、時代の変化に柔軟に対応できるヨガ指導者を育成しています。資格を取得した後は研修セミナーなどを通して研鑽を重ね、会員が全国でヨガ指導を行っています。

一般社団法人「日本総合ヨガ普及協会」は誰でも取り組める「生活ヨガ」で多くの人々を元気にしたいと願い活動しています。

●入会方法については裏面をご覧ください



【主催】一般社団法人日本総合ヨガ普及協会 事務局(〒651-0084 兵庫県神戸市中央区磯辺通1丁目1番18号)

<https://www.yoga-nihon.org>

お問い合わせ info@yoga-nihon.org