

こころのツボをマッサージ



凡ミスが減る、
能力が上がるツボ



“ツボと呼吸”が学べます！

LINEで「TFTセンタージャパン」または
「tftjp」をお友達追加ください。
<https://lin.ee/atMlfb6a>



ここをタップして、「疲れた」「イライラ」「痛い」「眠れない」「やる気出ない」「呼吸」「目の疲れ」などの気分やキーワードを入れてみてください。

それにあった動画や手順が出てきます。「手順」と入れると、基本パターンが紹介されます。



<災害支援>TFT相談室

災害支援のためのTFT相談(30分)がオンラインで利用できます。被災した方や被災地域の方、支援者などが対象です。

<https://tftjp.com/zoom-2>

