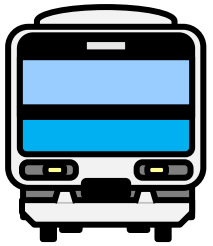
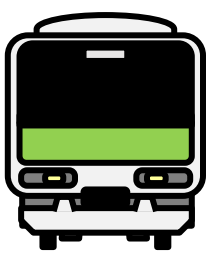


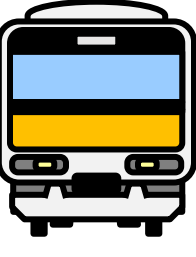
自律神経失調症
パニック障がい
適応障がい
不安障がい
の方への相談窓口



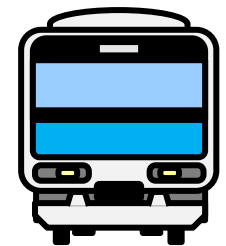
藤永智也



対象者



- ① 自律神経失調症
パニック障がい
適応障がい
不安障がい



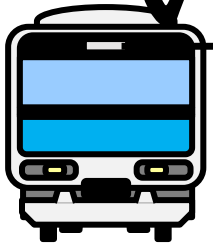
でお悩みで、カラダが楽になって
人生を切り開きたい方





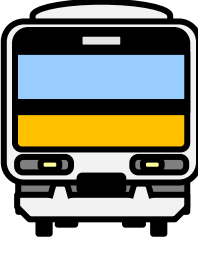
② ①のご家族、ご友人、仲間

③ぶっちゃんけ、いつか自分の身に起きるかもしれないので、①②に当てはまらなくても、全然聞いていただ
いてOKです！ (^ ^)

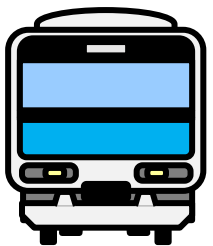




サポート

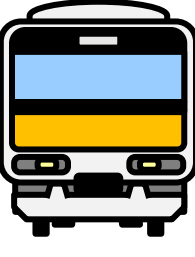


- 経験者の藤永が、
- 経験談や、手段、取り入れたことをシェアして、
- その人が、少しでも希望を持って人生を前に進められるためのお手伝いをします。





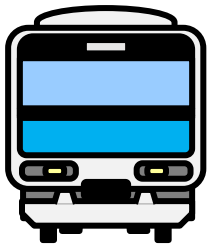
藤永が伝える「意味」

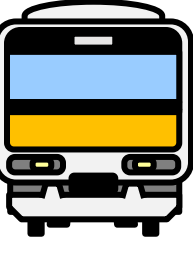
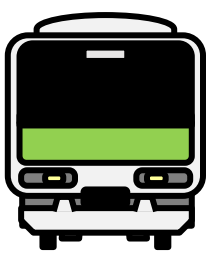


① 経験者である

② 薬なしで回復の手段をシェアします

- ・ 治療院紹介、呼吸、ヨガ、栄養面
- ・ 自己分析、生活習慣、考え方、モノの捉え方
- ・ その他、取り入れたこと



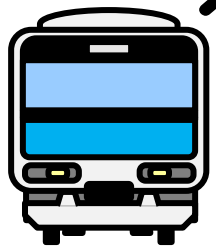


③啓発

→ 「検査で異常が見つからない」
「周囲から理解を得られにくい」
ため、理解・学び合いをしたい。

④福山市（周辺）に貢献する

→ 同じ経験をされてる方をサポート
したい。





藤永にできること



①福山市の方へ

- 直接会って話を聞きます。
- 電話で話を聞きます。
- 勉強会のご依頼受けます。

②福山市以外の方へ

- 電話サポート





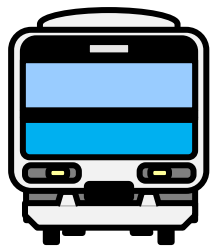
どんな症状？



みなさん！
人前でスピーチするとき、緊張
しちゃいますよね？



Ex) 不安・吐き気・動悸・
息切れ・拒否反応・上手くでき
なかったらどうしよう





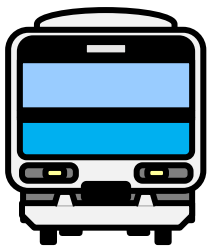
自律神経失調症

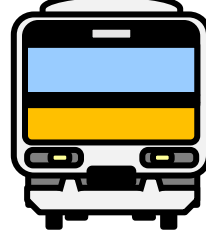
パニック、適応、不安障がい、

日常生活の色々な場面で怖くなったり
緊張したり不安になり、



身体が拒否反応を起こし、
色々な症状が出ます。

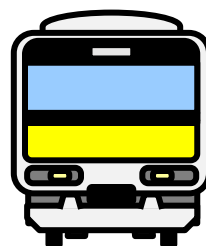
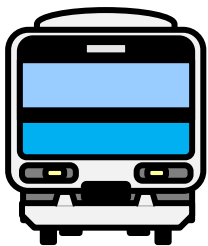




理由は、自律神経があまりにも乱れ
すぎて、



脳からカラダへ
冷静な指令を出せなくなる
からです。



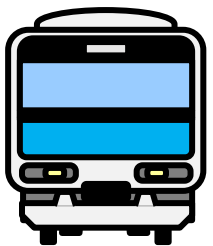


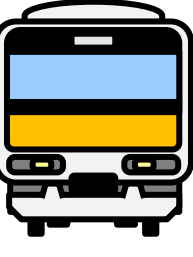
具体的な症状(例)



■電車、バス、船、高速道路など
→乗り物の中で、自分の身に何か起こったらどうしようと不安になる。

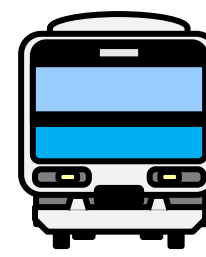
■狭い部屋、エレベーターなど、箱の中に閉じ込められて不安・恐怖感





■橋の上、山の上、トンネルにいると、崩れるたらどうしようど怖くなる。

■ネガティブワードを耳にしたら一気に不安になり、息切れする。など



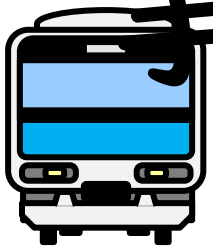


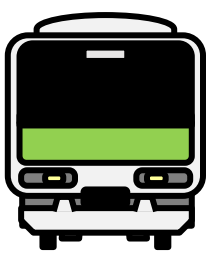
ご利用にあたって



① 医者ではありませんので、治療効果を保障することは出来かねます。

② 「愚痴を吐き出すだけ」は、ご遠慮ください。人生を切り開くために、お手伝いします。





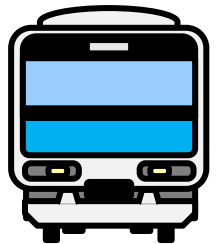
協力者募集



① 藤永の同じ取り組みを、すでに先行してされてる方、お話伺いたいです。

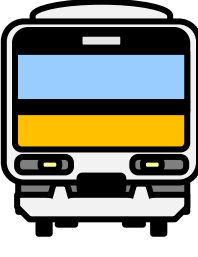
② この取り組みに共感してくださる方

コンタクトを取らせていただくと嬉しいです。よろしくお願いします。





問い合わせ先



藤永智也

- TEL：080-6957-3666
- メール：support@express-empower.com
- サイト：
<https://express2018.com/>

