

# MONTHLY REPORT

事務局／岐阜市霞町2丁目14番地 有限会社青山印刷 TEL(058)251-4053

会長／青山 雅也

副会長／杉江 正剛・奥田 知一

総務委員長／早川 聡史

ぎふ印刷翠陽クラブ HP <http://www.gpjc.net/>

全国印刷緑友会 HP <http://www.greenfriend.jp/>

ぎふ印刷翠陽クラブ  
マンスリーレポート  
2021. 3 No. 593



## 2月研修例会

◆日時 令和3年2月17日(水)19:00~21:00

◆場所 ZOOM (Web講義形式)

◆テーマ 涙活でこころをリフレッシュ

◆主旨 涙活とは、「自主的に、涙を流せる物事に触れ、心のシコリをほぐすために積極的に泣く活動」であり、様々なマスコミでも取り上げられています。新型コロナウイルス感染拡大を受けた外出自粛ムードが続く中、「コロナ疲れ」を癒す効果が涙活にはあるそうです。長引く外出自粛や先行きへの不安が募り、人一倍ストレスを感じている経営者には意図的に涙を流してデトックスすることも必要ではないでしょうか。

講師：後藤亜蘭 (涙ソムリエ)  
ファゴット奏者、ピアノ奏者、俳優、ナレーター、声優、モデル

◆参加者 19名

### 委員長所感・反省

2月研修例会はファゴット奏者、ナレーターなど多岐にわたって活躍されている後藤亜蘭(涙ソムリエ)先生をお迎えしZoomにて講演していただきました。

今回、研修例会でということ、涙の効能効果、人を泣かせるトーク技術を学ぶといった主旨で企画しました。一方で涙活をテーマとしてコロナ渦で溜まったストレスを解消していただくことも目的でした。短い時間、オンライン、人には泣きのツボが108種類あるといった要因が重なり、全員に泣いてもらうことが出来なかったのが心残りです。涙について真剣に考える機会になったこと、また、今までにない視点で例会に挑戦できたという点では良かったと思います。今後の例会も失敗を恐れずチャレンジしていきますので期待してください。

(委員長 井上 陽介)