

60×60mm以内



『ちゃんと
生きない。』

自分を優先する勇気

型抜き線

60×60mm以内



不眠症

頭痛

だるさ

肩こり

繰り返す不調から
卒業できる方法

型抜き線

60×60mm以内



不眠症

昼に他人のために
生きているから、
夜に自分の時間がほしい
という身体の本音

型抜き線

60×60mm以内



頭痛

人の様子に
敏感すぎるから、
神経が張り詰めて
しまう

型抜き線

60×60mm以内



だるさ

貴重なエネルギーを
他人のために使ってるから、
身体がそれを
止めようとしている

型抜き線

60×60mm以内



「グチを吐いたら
不幸になる」は嘘、

しっかりグチを
吐かないと
病気になる

型抜き線