

自分の感情の起源を知る

子育てママの マインド講座

Parenting Mom's Mind Course

講座説明会

どんな感情の中で生きていますか？



About me

We are the instructors, thank you.



氏名：青沼 弥幸 (Miyuki Aonuma)

生年月日：1981年1月13日生まれ

出身地：千葉県

経歴：IT▶コンサル▶FIS起業(借金600万円)

▶人生どん底から這い上がる！

氏名：森田 きよえ (Kiyoe Morita)

生年月日：1978年10月29日生まれ

出身地：茨城県

経歴：社会福祉▶妊活12年▶天使ママ

▶不安から安心の子育てへ



Message

これまで、私たちが総額**3000万**近くかけて
学んできた全てをお伝えします！

I will tell you everything I have learned!



Day1 人間の理解

Day2 人間が持っている感情のパターン

Day3 感情パターンを手放す

Day4 二極を手放した先の世界

Day5 人は皆幸せになりたい

Day6 まとめ

講座概要 《約4ヶ月間の講座です》

講座

全6回 (2h × 6回 = 12h)

第3期 《火曜日》 21:00-23:00

7/22	8/5	8/19	9/2	9/16	9/30
------	-----	------	-----	------	------

第4期 《水曜日》 10:00-12:00

9/10	9/24	10/8	10/22	11/5	11/19
------	------	------	-------	------	-------

【日程が変更になる場合がございます】

講座概要 《約4ヶ月間の講座です》

グルコン

全10回 (2h × 9回 = 18h)

・ **Hot Topic & Free Discussion** 月2回 《金曜日》 21:00-23:00

その時々 of 教育的Hot Topicや、質疑応答を自由にできるグルコンです

8/1	8/29	9/5	9/19	10/3	10/17	11/7	11/21
-----	------	-----	------	------	-------	------	-------

・ **マインドグルコン** 月1回 《火曜日》 21:00-23:00

マインド面に特化したグルコンです

8/26	9/9	10/21	11/18
------	-----	-------	-------

【日程が変更になる場合がございます】

講座概要 《約4ヶ月間の講座です》

- 講座（全6回x2h=12h） & グルコン（全9回x2h=18h）
 - ▶ すべてアーカイブ提供（講座期間内見放題）
- 事前動画（16本） & 過去グルコンアーカイブ（講座期間内見放題）
- 個別セッション（1hx2回, 30mx3回=3.5h）
- 専用Lineグループサポート

受講者の声

BEFORE



イライラ・子育て不安から
子どもとの関係がラクに

30代 女性

子どもに「言ったのにやってない！」って、
毎日イライラしていました。
自分の伝え方が悪いのかな、と責めたりもして。
落ち着いてる子どもを見ると、逆に自分の方が
子どもみたいに感情的になってる気がして、
後から自己嫌悪…そんな毎日でした。

子育てがラクに♡

子どもを“コントロールする”んじゃなくて、
「どうしてそうしたのかな？」って
考えられるようになりました。
イライラしても、自分の中の焦りや不安に気づけ
るから、引きずることが減りました。
子育てがラクに感じられるようになりました。

AFTER

BEFORE



人に合わせてばかり から
自分の人生を選ぶように

30代 女性

ずっと“誰かのため”に動いていました。
夫のため、子どものため、
「ちゃんとしたママでいなきゃ」って思ってたし、
自分がどうしたいかは、
いつも後回しでした。

主役は私♡

今は、人に合わせるよりも、
自分が納得できる方を選ぶようにしています。
“主役”は、ちゃんと私。
自分の人生を生きてる実感が、
やっと持てるようになってきました。

AFTER

BEFORE



感情の抑圧・爆発 から
感情との付き合い方が変わった

30代 女性

感情があふれてしまうのが苦手で、
いつも我慢して抑え込んでいました。
でも、ある日急に爆発してしまって…
あとからすごく落ち込む。
そんなことを何度も繰り返していました。

感情に振り回されなくなった♡

「いま、こう感じてるな」と自分で
気づけるようになってきました。
怒っても、悲しくなっても、「そう感じるのは
悪いことじゃない」と思えるようになって、
感情と向き合うのが怖くなくなりました。
感情に振り回されなくなったことで、
毎日が落ち着いてきました。

AFTER

受講者の声

BEFORE



他人軸・正しさ から
自分の基準で選べるように

30代 女性

「ちゃんとしなきゃ」「人にどう思われるかな」
って、常に誰かの目を気にして生活していました。
“正しさ”とか、“こうあるべき”っていう基準で
動いていたけど、気づけばいつも疲れていて、
本当の自分がどこにいるのか
分からなくなっていました。

気持ちがラクに♡

“ちゃんとする”よりも、
“心地いい”を選ぶようにしています。
人と違って大丈夫。
自分の感覚を信じて、選べるようになったことで、
気持ちがずいぶんラクになりました。

AFTER

BEFORE



自己否定・罪悪感 から
自分もOKと思えるように

40代 女性

子どもに怒ってしまうたびに、
「またやっちゃった…」「ダメなお母さんだ」
って思っていました。要求に応えられないと、
「わたしには母親として何か足りないのかも…」
とすぐに自分を責めてしまっていました。

自分を許せるように♡

「怒っちゃうこともあるよね」って、
少しずつ自分を許せるようになってきました。
できなかったことばかり見ていたけど、
「今の自分でいいよ」
って思える時間が増えています。
罪悪感よりも、少しずつ自分への優しさを
持てるようになってきました。

AFTER

プラン	内容	費用
講座サポートプラン	ご契約期間 4ヶ月 (2025年10月いっぱい動画など見放題)	250,000円 (税込275,000円)
無期限サポートプラン	契約期間 1年間 (2025年10月～2026年9月) その後もサービス終了まで グルコン&動画見放題 ※今後の講座は永年無料	+ 240,000円 (税込264,000円) 合計 定価 539,000円  税込450,000円
無期限サポート (追加プラン)	講座契約後に 無期限サポートプラン を追加できます 講座料金 + 240,000円 (月2.2万×12ヶ月分)	490,000円 (税込539,000円)

講座 + サポート無期限 = 450,000円

今後の講座料金永年無料

(1回25万円の講座に出るだけで元が取れる！)

グルコン無期限サポート

(仮に3年間出るとすると792,000円)





プラン	内容	費用
個別セッション体験	個別セッション * 初回体験価格はクレジット決済可（その場で決めてくれた人限定！）	定価 22,000円 (税込24,200円) ↓ 初回体験価格 税込7,500円
個別セッション継続 [講座受講者プラン]	単発契約（月謝制）	22,000円/月1回 (税込24,200円) 40,000円/月2回 (税込44,000円)
	1年契約 個別セッション（月1回）&ドキュメントコミュニケーション（無制限）	300,000円 (税込330,000円)
個別セッション継続 [講座未受講者プラン]	単発継続（月謝制）	33,000円/月1回 (税込36,300円)



AONUMA INDIVIDUAL PLAN

－ 青沼個別セッションプラン －

プラン	内容	費用
個別セッションプラン	1. 子育てマスター講座（基礎・応用） 2. マインド講座（グルコン付無期限サポート） 3. 個別セッション（月1回 計8回） 4. 全体LINEでの質問 * 契約期間は1年ですがその後もサービス提供の限り 無期限にてご利用いただけます * 個別セッションのみ回数制限がございます	1,500,000円 （税込1,650,000円）

※コース変更は差額にて変更可能です。詳細はお問い合わせください。



AONUMA VIP PLAN

－ 青沼VIPプラン－

プラン	内容	費用
子育てマスタープラン	1. 子育てマスター講座（基礎・応用） 2. マインド講座（グルコン付無期限サポート） 3. 個別セッション（月1回 無制限） 4. 個別LINEでの質問 * 契約期間は1年ですがその後もサービス提供の限り 無期限にてご利用いただけます * ランチ会にお誘いしたりします！（ランチ代はご負担ください）	3,500,000円 （税込3850,000円）

※コース変更は差額にて変更可能です。詳細はお問い合わせください。



AONUMA VIP PLAN

－ 青沼VIPプラン －

プラン	内容	費用
スクール立ち上げ ビジネスサポートプラン	- 子育てマスター講座（基礎・応用） - マインド講座（グルコン付無期限サポート） - 個別セッション（月1回 無制限） - 個別LINEでの質問 - スクール立ち上げサポート（業務提携） ・ファシリテーターコース（アーカイブ提供） ・スクール立ち上げサポートと業務提携先の紹介等 スクール立ち上げ全般を無期限伴走いたします * 契約期間は1年ですがその後もサービス提供の限り無期限にてご利用いただけます * ランチ会にお誘いしたりします！（ランチ代はご負担ください）	5,000,000円 (税込5,500,000円)

※コース変更は差額にて変更可能です。詳細はお問い合わせください。

プラン	内容	費用
FIS式子育てマスター講座 －基礎編－	★ Routine基礎解説 [全8本] ★ Routine基礎講座 [全7本] ★ HAPPYスマイル子育て講座 [全4本] ※オプションで子育てマインドセット講座を付けることが可能	定価 700,000円 (税込770,000円) ↓ [特別価格] 税込440,000円
FIS式子育てマスター講座 －応用編－	★ イヤイヤ期対策講座 [全6本] ★ Routine応用講座 [全6本] ★ 新時代の子育て講座 [全6本] ※オプションで子育てマインドセット講座を付けることが可能	定価 600,000円 (税込660,000円) ↓ [特別価格] 税込330,000円

サポート内容（基礎・応用編 共通）

動画コンテンツ

講座及び過去アーカイブなど含めて100本以上の動画コンテンツ提供！無期限でいつでも視聴可能

Zoomグルコン

毎月(月2回以上)定期的にグルコン開催

専用LINEサポート

専用LINEグループから質問が可能

無期限サポート

契約終了後も動画コンテンツ・グルコン・LINEサポートのサービスを無期限で利用可能

Last message

MIND CHANGE

みんなで人生を変えていきましょう～!!!

Let's change lives together~!!!!