

タカラベルモント沖縄・石垣セミナー “元気で美しく生きる人生の提案”

骨格診断によるオシャレな 着こなし講座

講師：SHINKO 氏
ライフスタイルコーディネーター

今注目の「骨格診断」。SHINKOさんが着こなしのコツや着せ方をアドバイスします。
より自分にあったファッションを楽しみましょう。



そしゃく 咀嚼と美と健康

講師：神農 悦輝 氏
南部徳洲会病院口腔外科部長 医学博士

「噛む」ことは、食事の満足感を高めるだけでなく、肥満防止や老化を抑えるなど美と健康に対して様々な働きをもつことを科学的文献を交えてご説明いただきます。



お家でカンタン！ 健康耳つぼストレッチ

講師：後藤 恵 氏
ブライダル耳つぼジュエリー®協会代表

耳には全身のつぼが集まっています。
今回は健康的な肌を目指して自宅で簡単にできる耳つぼストレッチを会場で一緒にいきましょう。



若返りを目指す方のための 唾液腺マッサージ

講師：みきしほ 氏
一般社団法人日本アピランスセラピー協会代表理事

シニア層の悩みのひとつが「ドライマウス」。
唾液腺の簡単マッサージで、口臭や食欲低下などの悩みの軽減を目指しましょう。



股関節の病気について

講師：新垣 薫 氏
じのん整形外科クリニック副院長

股関節疾患は、50～60歳代から発症する方が多い病気です。また高齢化で筋肉が衰え硬くなると、股関節の痛みが出やすくなります。これらの症状の予防法や対処法を教えてください。



9/15(日)

14:00～16:30

[受付13:30～]

会場／石垣市健康福祉センター
検診ホール
(石垣市登野城1357-1)

定員／200名

入場無料[事前申込・自由席]

タカラベルモント株式会社

〒542-0083 大阪市中央区東心斎橋 2-1-1

☎06-7636-0856 FAX:06-6213-8774

<http://www.takarabelmont.co.jp/>

協賛：一般財団法人 **タカラ 杉山社会福祉会**

申し込み方法

●FAX: 06-6213-8774

お名前・よみがな・ご連絡先 TEL 番号・FAX
番号・参加人数をご記入下さい。

●申し込みフォーム：右記QRコードから入れます

