

# KENK健康 DESIGN FES.2017

健やかな自分スタイルを  
見つけるDAY



平成29年 event's opening schedule  
**12月10日(日)**  
9:30~16:00  
入場無料



place  
会場

蒲郡商工会議所  
愛知県蒲郡市港町18-23

先着100名様に来場者プレゼント

contents  
**1** <フェア・ゾーン>  
ヘルシースタイル・フェア

ヘルシーなライフスタイルを  
提案するアイテムやサービスをご紹介します。

contents  
**2** <アクティビティ・ゾーン>  
健康デザインプログラム

「海を眺めながらヨガ!」  
「海を眺めながらノルディックウォーキング!」

contents  
**3** <セミナー・ゾーン>  
健康デザインセミナー

「たった5分で「肩凝り」と「滞り」を解消!  
~やって覚える簡単マインドフルネスワーク~」



contents

## 1 <フェア・ゾーン> ヘルシースタイル・フェア

ヨガやマリンアクティビティ、マッサージ、サプリメント、アロマ...ヘルシーなライフスタイルを提案するアイテムやサービスをご紹介。体験や即売も。

場 所/1F コンベンションホール  
時 間/9:30~16:00

### 1\_アートボディワーク



アートボディワーク独自の運動療法による肩甲骨、骨盤のゆがみをその場で改善させる体験イベント。

蒲郡市港町 18-9  
tel / 0533-68-8126

### 2\_アロマサロン N I A



アロマを使った開運ハンドマッサージ、香りに癒され、来年へ向けて運を呼びこみましょう!! 手のツボを刺激することで手相までも変化していく不思議なハンドマッサージをワンコインでご提供します。

蒲郡市大塚町丸山 44-5  
tel / 090-3386-9739

### 3\_きさらぎカイロプラクティック



痛くない! カイロプラクティック施術体験。頭痛・首こり・肩こり・腰痛・生理痛・膝痛・冷え・むくみ等お悩みの方、猫背・ストレートネック・O脚・骨盤の開き等姿勢やゆがみが気になる方におススメです。

蒲郡市形原町  
南戸甫井 23-1  
tel / 090-8187-2463

### 4\_himecoya/Y\*room/strawberry/うぱーぶる



美容のスペシャリスト 4店舗共同ブース、あなたにぴったりの美容をプチプラで体験してください。カラーセラピー・耳つぼ・ヘッドマッサージ・物販...etc

himecoya 蒲郡市一色町  
Y\*room 蒲郡市竹谷町  
strawberry 蒲郡市形原町  
うぱーぶる 蒲郡市形原町

### 5\_Beach Side Store B-TRIBE



SURF. SUP. エアシルク YOGA. BALI マッサージ. Days cafe をトータル展開する海沿いの shop です。各種アクティビティを通じて、蒲郡の海岸を楽しむ、健康的なライフスタイルをサポートします。

蒲郡市大塚町大門 26-2  
tel / 0533-95-1473

### 6\_メナード化粧品アンジェロ三谷代店



カラダの中から美しく健康でいられる様に、今の季節にオススメの商品をご用意しました。カラーゲンドリンク・野菜不足を補う野菜ジュース3種、身体の中から温める豊芝ジンジャー。すべて試飲をご用意しております。

蒲郡市三谷町須田 10-52  
どんぐり村 101  
tel / 080-4095-3823

### 7\_メナードフェイシャルサロン



自宅でも出来るプライベートエステをご提案。持ち運びの出来るエステ機材のスチームを当てながらヒジまでクリームをつけ、マッサージ。希望者には角質診断。メイクお悩み相談も。

蒲郡市神ノ郷町冷越 12-1  
tel / 0533-69-0835

### 8\_Yummy



40種類以上の手作りパンをテイクアウトできるカフェ併設のベーカリーです。今回は、ヘルシーな素材をつかったパンをご用意しております。

蒲郡市三谷町九舗 47-12  
tel / 0533-67-7739

### 9\_Rosti cceria da Muu



無添加国産のイタリア惣菜屋さん。身体に優しい食材を心をこめて手作りしています。アンチエイジングヘルシーランチをご提案します。2種類のアンチエイジングヘルシーランチ BOX をご用意しております。身体の中から綺麗にがテーマです!

蒲郡市御幸町 6-8  
ガーデンハイツ 102号  
tel / 0533-69-6877

contents

## 2 <アクティビティ・ゾーン> 健康デザインプログラム

「海を眺めながらヨガ!」 参加費500円 各コース30名 要予約

コース/Aコース 9:45~10:45 Bコース 14:30~15:30

場 所/蒲郡商工会議所 2F 202~204会議室

持ち物/動きやすい服装、タオル、飲み物をご持参下さい。

(ヨガマットをお持ちの方はご持参下さい。)

※定員になり次第締め切ります。

講師 吉原 幸子氏 yoga farmインストラクター  
松下ヨガ学院認定講師



「海を眺めながらノルディックウォーキング!」

参加費500円 レンタルポール、傷害保険料含む 定員20名 要予約

時 間/11:00~12:00

集 合/蒲郡商工会議所 1F エントランス

持ち物/動きやすい服装、タオル、飲み物をご持参下さい。

※天候により内容が変更することがあります。

※定員になり次第締め切ります。

講師 ノルディックウォーキングインストラクター

contents

## 3 <セミナー・ゾーン> 健康デザインセミナー

「たった5分で『肩凝り』と『滞り』を解消!  
~やって覚える簡単マインドフルネスワーク~」

マインドフルネスとは、「今ここ・この瞬間」に自分が体験していることだけに意識を向けること。マインドフルネス呼吸と背骨・肩甲骨・頭の運動ワークを組み合わせる簡単な体操をご紹介します。

参加無料 各回40名 要予約

時 間/13:00~14:00

場 所/蒲郡商工会議所 2F イベントホール

※定員になり次第締め切ります。

講師 井上トキ子氏



株式会社アージュ 代表取締役  
アンチエイジング学会認定  
アンチエイジングプランナー

ANA(全日本空輸)に入社後、フィットネス界に転身。大手フィットネスクラブのティップネスをはじめ全国の総合フィットネスクラブでアドバイザーを歴任。延べ1万人以上のインストラクター連の教育者として関わる。「姿勢美人」などオリジナルのエクササイズプログラム開発やフィットネスクラブへの導入実績も多数。レッスンメソッドを映像化した指導者向けDVDの売り上げ本数は業界No.1に。日本を代表するフィットネス教育組織「日本フィットネス協会」での指導のほか、世界各地から3,000名以上が集まるアメリカのフィットネスコンベンション「IDEA」など、プレゼンターとしての招聘実績は欧米やアジアなど海外にも及ぶ。現在は、背骨統合エクササイズ「S i n t e x」の全国普及の他、企業フィットネスにも本格参入。ストレスを抱えながら働く企業人の「心と体と絆の健やかさ」を高めるための取り組みにも手腕を発揮されている。