

# KENKO 健康 DESIGN FES.2022

健やかな  
自分を  
見つけるDAY

令和4年3月13日(日)  
9:30~16:00

健康デザイン  
フェス2022 ▶  
公式サイト



会場

蒲郡クラシックホテル  
バンケットホール  
愛知県蒲郡市竹島町15-1

費用

入場無料

セミナー・ゾーン 健康デザインセミナー

参加費無料 要予約

場 所/蒲郡クラシックホテルバンケットホール2F  
※定員になり次第締め切ります。

## 働く女性の健康づくり ~ 健やかに美しく ~

時 間/13:00~14:00 定員100名

女性の社会進出が進み、働き方も職場も多様化しています。健やかに美しく働く女性に知っていただきたい、女性特有の体内メカニズムやキレイのつくりかたを産婦人科医としてメディアでも活躍中の丸田先生から伺います。

北海道網走市生まれ。日本大学医学部医学科卒業。2007年度「ミス日本」。総合周産期母子医療センター勤務の後、現在は診療所で、外来診療や分娩、手術を担当する。現役医師の立場から、テレビやラジオ、雑誌等メディアを通じ、さまざまな医療情報を発信。

医師(産婦人科医)、タレント

講師 丸田佳奈氏

## 優しい気持ちになれる香りの使い方

時 間/11:00~12:00 定員30名

自分を知り本当の気持ちに誠実になると心の奥がニコッとして優しさがあふれ出します。香りは心の声を教えてくれます。自分らしくいたいと思うときに、自分にも周りの人にも優しくなる香りの使い方を紹介します。



講師 高橋優子氏

アロマセラピーサロン教室machino 代表  
アロマセラピスト

## アクティビティ・ゾーン

### 健康デザインプログラム

参加費無料 要予約 定員各20名

場 所/蒲郡クラシックホテルバンケットホール1F四季の間  
持ち物/動きやすい服装、タオル、飲み物をご持参下さい。  
※①・②は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。

### ①リラックスヨガ 9:45~10:45

呼吸とやさしいポーズとともに、心も体もゆるませてあげましょう。初めての方や体の硬い方でも、安心してご参加いただけます。日々の思考を一度リセットして、感覚を味わうひととき。ぜひ一緒に体感しましょう。

講師 桜井まなみ氏

IHTA国際ホリスティックセラピー協会  
認定ヨガインストラクター



### ②はじめてのフラダンス 11:15~12:15

フラダンスはハワイの音楽にあわせて踊る優雅な踊りです。自然の美しさを手の動きで表現し、足で簡単なステップを踏んでリズムをとります。心癒される音楽に合わせて雄大な自然と一体となり、心と体の内側からフレッシュ。未経験者の方でも安心して参加できます。

※女性限定

講師 安居美香氏 ナプアハリア アロハ アシスタント講師



### ③肩凝り&腰痛解消ヨガ 14:30~15:30

肩凝り、腰痛の症状に効くポーズを行います。肩や肩甲骨をしっかりと動かし、背骨から腰にかけて、少しずつ可動域を広げていきます。しっかりと効いて、体も心もすっきり、ヨガが初めての方でも安心して参加できます。

講師 吉原幸子氏 松下ヨガ学院認定講師 全米ヨガアライアンス200時間



新型コロナウイルス  
感染拡大予防対策について

マスクの着用



Social Distance

●体調がすぐれない方、発熱、風邪などの  
症状がある方はご来場をお控えください。

主催:癒しとアンチエイジングの郷推進協議会 蒲郡商工会議所 後援:蒲郡市  
共催:東三河広域経済連合会健康な地域社会創造プロジェクト委員会

# フェア・ゾーン

ヘルシースタイル・フェア

場所 / 蒲郡クラシックホテルバンケットホール2F  
時間 / 9:30~16:00

健康デザインプログラム・健康デザインセミナーのお申し込みはお電話または下記申込書にご記入の上、FAXにてお申し込みください。



## アロマリラクゼーションサロン machino

優しい気持ちになれるアロマハンドトリートメントと、お誕生日の数字と色・選んだ香りから楽しく自分を知る香り彩りセッション(アロママかずいろ)です。アロマハンドトリートメント  
10分1,000円~。

蒲郡市豊岡町西門 55-3  
tel / 090-1276-9507



## カネモふとん

眠りのプロによる計測であなたに合ったオーダー枕、オーダーマットレスが試せます。睡眠の基本は自然な立ち姿に近い寝姿勢をつくることです。睡眠中の身体を支える枕とマットレスの最も自然な組み合わせを眠りのスペシャリストと探してみませんか?

蒲郡市形原町南新田 36-1  
tel / 0533-57-2466



## 蒲郡ファミリー整骨院

施術の効果にこだわり、慰安目的のマッサージはしません。骨盤から全身調整までアスリートの痛みにも対応。きれいな院内、お一人お一人に合わせた施術。遠方の来院多数あり、東京で修業後、故郷蒲郡にて17年。延べ10万人以上の実績あり。もみほぐし腰コース(初回)500円他。

蒲郡市神明町 2-13  
tel / 0533-68-7537



## 心が元気になるブース

心の安定は健康の第1歩。自分の心の動き方を知れば怖れることが少なくなる。怖れが少なくなると安らぎがふえる。内に秘めたポテンシャル(才能・性格)2,000円他。

蒲郡市港町 37-9  
tel / 0533-68-3529



## Sea Stone

天然石に直接触れて、色を見て、癒されてみませんか?天然石を直感で選んでオリジナルプレスレット作り!今、注目されているアルコールインクアート!あなたの好きな色やソウルカラーで【自由なアート】を楽しもう!天然石プレスレットワークショップ1,800円。アルコールインクアートワークショップ1,100円。

蒲郡市御幸町 23-7 コーポ吉田 1階  
tel / 080-9115-6767



## メナードフェイシャルサロン アクア

<ビューティハンドケア>メナードの商品を使ってお客様の手のケアを行います。<スキンチェック&アドバイス>あなたの肌を科学的に分析します。今後のお手入れケアにも活用できます。無料です。

蒲郡市金平町堀内 3-17  
tel / 0533-57-1268



## メナード化粧品 アンジェロ三谷

マスクの下のほうれい線、気になりませんか?ハリとうるおいに満たされた肌。フェイスラインまでひきしまった印象の肌。コラーゲンチェックをして自信が持てるお肌のアドバイスいたします!チェックをされた方にサンプルプレゼント。

蒲郡市三谷町須田 10-52  
tel / 0533-67-5955



## メナード化粧品蒲郡御幸

身体のあらゆるところに使われている『コラーゲン』コラーゲンは美しさや若さ、活動的な毎日にとっても大切な働きをしています!美しさの近道『腸活』で免疫力UP!と合わせて内側からの美についてご紹介いたします。飲みやすいコラーゲンドリンクの試飲、販売もあります。コラーゲンゴールド1本378円~。

蒲郡市御幸町 7-1 信成ビル 201  
tel / 0533-95-8881

### 健康デザインプログラム・健康デザインセミナー参加申込書

氏名

住所

TEL

所属企業・団体

#### 参加イベント

希望のプログラム・セミナー、またはコース・条件にチェックを入れてください。

「健康デザインプログラム」  ヨガマット持参 (●は不要)

①リラックスヨガ  ②はじめてのフラダンス  ③肩凝り&腰痛解消ヨガ  
①②③については、原則お1人様1プログラムとさせていただきます。空きがあれば当日複数受講可能です。

『働く女性の健康づくり~健やかに美しく~』

『優しい気持ちになれる香りの使い方』



ウェブでのお申し込みは  
健康デザインフェス 検索

### 会場案内

蒲郡クラシックホテル  
バンケットホール



蒲郡市竹島町15-1  
tel 0533-68-1111

蒲郡商工会議所 行 FAX:0533-68-0339

ご記入いただいた情報は、本所からの各種連絡情報提供のために利用することがあります。

お問合せ・申込 蒲郡商工会議所 TEL:0533-68-7171