

みなかみ美人プロジェクト

食事、運動、生活習慣病、老化、見た目の老化予防、心の老化予防など、さまざまな悩みを専門家がアドバイス！同時に毎回講師から簡単な宿題・課題が発表されますので、一定期間実践して美と健康を手に入れましょう。是非、ご参加ください。

【第1回】

脳と心のアンチエイジング ～フランス式「ほめ若返りのすすめ～」

【講師】
高木美也子



【日程】
8月28日 水曜日

【第1回】
14:00～15:30
(講演+Q&A)

【第2回】
19:00～20:30
(講演+Q&A)

【第2回】

肌が必ず若返る 朝晩3つの見直しスキンケア

【講師】
岡江美希 (美容家)



【日程】
9月24日 火曜日

【第1回】
13:30～15:00
(講演+Q&A)

【第2回】
19:00～20:30
(講演+Q&A)

【第3回】

ラジオ体操で しなやか美人をめざそう！

【講師】
中村 格子



【日程】
10月31日 木曜日

【第1回】
13:30～15:00
(講演+Q&A)

【第2回】
19:00～20:30
(講演+Q&A)

【第4回】

あっという間に「若いね」と 言わせてしまう魔法のポイントメイク

【講師】
小林 照子



【日程】
11月28日 木曜日

【第1回】
13:30～15:00
(講演+Q&A)

【第2回】
19:00～20:30
(講演+Q&A)

※講師のプロフィール、お問い合わせ、申し込みは裏面をご覧ください。

講師のご紹介

高木美也子 たかぎ・みやこ／日本大学教授・理学博士

京都府出身。生命倫理学者として数多くの著書がある一方、テレビでも硬軟様々な番組に出演し、活動の場を広げている。フランスソルボンヌ大学に留学経験あり、フランス語、フランス文化に精通。主な出演作品はテレビ/TBS『みのもんたの朝ズバ!』、EX『サタデースクランブル』、フジテレビ『平成教育委員会SP』『情報ライブミヤネ屋』、著書『私は仮面の妖精だった』『操作されるイノチ複製されるワタシ』など。

岡江 美希 おかえ・みき／日本初のニューハーフ美容研究家

自らの肌トラブルの体験を活かして化粧品の開発に取り組み、1996年に化粧品販売会社、株式会社トリプルサンを設立。2006年にテレビ通販番組で無添加基礎化粧品「エポラーシェ」シリーズを販売したところ、爆発的人気となり、累計300万本以上の売上を誇る大ヒット商品となる。現在は、全国各地の講演会にて独自の美容理論や美肌のノウハウを余すところなく伝えている。美容に関する著書多数。

中村 格子 なかむら・かくこ／整形外科医・医学博士

1966年生まれ。整形外科医師、医学博士・スポーツドクター、国立スポーツ科学センターメディカルセンター研究員、横浜市立大学整形外科客員教授。トップアスリートの指導・治療で培った経験に基づく、わかりやすいエクササイズ指導が人気。テレビ・雑誌などで幅広く活躍中。著書多数。『実はスゴイ！大人のラジオ体操』『もっとスゴイ！大人のラジオ体操決定版』（講談社）

小林照子 こばやし・てるこ／美容研究家 / メイクアップアーティスト 株式会社 美・ファイン研究所所長 株式会社フロムハンド代表取締役社長 / 青山ビューティ学院高等部校長 [フロムハンド]メイクアップアカデミー校長

1935年生まれ。(株)コーセーにおいて長年にわたり美容について研究し、その人らしさを生かした「ナチュラルメイク」を創出。そのコンセプトに基づき、教育・商品開発に組み込み多くのヒット商品を生み出す。メイクアップアーティストとして、広告・ショー・テレビ・舞台など、女優から一般の女性まで何万人ものイメージづくりを手がける。どんな人でもきれいに明るくすることから「魔法の手」を持つと評される。(株)コーセー取締役・総合美容研究所所長を退任後、独立。「美」と「輝く魅力」をテーマとした(株)美・ファイン研究所を1991年設立し、ハッピーメイクネットワークの会も組織している。

「みなかみ美人プロジェクト」各回の共通事項

- 会場＝月夜野農村環境改善センター
- 対象＝町内にお住まいの女性
- 定員＝各回30名
- 申込締切＝各実施日の2日前まで

■問い合わせ・申し込み先

みなかみ町役場 まちづくり交流課 25-5028
みなかみ町商工会 62-1155