

# 体感ステーション

健康美をテーマに様々な体感ステーションを展開

**講演** ママの笑顔で子供は育つ！  
アドラーいいとこ取りで  
HAPPY子育て

【時間】12:00-12:55  
【対象】プレママ  
乳幼児ママ

フリーアナウンサー  
花園 ゆき



・ママはいつも笑顔でいるべき!!  
・良いママでいるべき!!  
・ちゃんとするべき!!  
この「べきべき」の呪いから解放されて、「子どものために笑顔が心かけるべき」ではなく「自然と笑顔が増える!!」子育てにしませんか??  
子どもの困った言動、自分の怒りやイライラ、その両方の「意味」を知ること、気持ちがあぐさとなれば、心穏やかに子どもと接することができます。すべてのママに、幸福感いっぱいの子育てをしてほしい…。そんな想いを込めた講演です。

**講演** 世界で一番仲良しな親子をつくる  
フォトコーチング

【時間】13:00-13:55  
【対象】子育てママパパ

フォトグラファー  
鶴賀奈穂乃



写真を撮って飾るほど、子どもの自己肯定感が高まる!ママとの絆が深まる!!一生忘れたくないあどけない表情。「ありがとう」と伝えたい笑顔。スマホのおかげで写真が身近になり、とりあえず枚数は撮っているという方も多いのでは。  
実はあることを意識して撮ることで、子どもとの絆が強まり、ママの幸福度も子どもの自己肯定感も上がって、プラス思考の子育てができるようになります!女性誌にも特集されるオーガニックライフスタイル・フォトグラファーがその秘訣をお伝えします!

**体感** キッズも大人も  
自宅で簡単体操

【時間】14:00-14:55  
【対象】全ての方

キックボクサー&パーソナルトレーナー  
今野 顯彰



キックボクサー&パーソナルトレーナー  
今野先生による自宅で簡単に体操ができるプログラムを伝授!  
少しの時間、少しのスペースで普段から少しずつ自分の体を気かけ、日々の積み重ねで心身ともにリフレッシュ&パワーアップしませんか??  
そのポイントをわかりやすく楽しくレクチャー!  
キッズから大人までどなたでもそのままの服装でご参加いただけます。

**体感** いつまでも、健康で若々しく!  
アンチエイジングヨガ

【時間】15:00-15:55  
【対象】アンチエイジングに興味がある方

ヨガインストラクター  
星河 ゆかり



女性も男性も、カッコ良く年齢を重ねていきたい!  
見た目中からもヨガで磨きをかけていきます。  
呼吸法で血流をサラサラにし、セルフマッサージで血行促進、呼吸に合わせて少し体を動かすヨガで、代謝アップ and 体幹を鍛え基礎代謝を上げ、冷えムグミの改善にも繋がっていきます。  
そのままの服装でご参加いただけますがしっかり受けた方は動きやすい格好でお越しください。  
自分と向き合う時間を作りましょう♪

**体感** ひとに優しく汚れに強い洗剤で  
カンタンお掃除

【時間】16:00-16:55  
【対象】全ての方

お掃除コンサルタント  
南 さゆり



カラダに安心、安全、汚れ落ちも抜群!そんな完璧な洗剤があります。  
40年間ノートラブル・ノークレームだった業務用ワックスクリーナーを、一般消費者向けに天然成分×洗浄成分をベストミックス!  
人体への刺激は優しく、殺菌・洗浄力は強い。お母さんの実体験から生まれた誠実な商品です。  
環境への優しさも配慮して開発されています。  
この洗剤の力を、実演や実際の商品説明から体感してみてください!楽しいお掃除タイムをお届けいたします!



総合司会  
健康美DAY実行委員長  
神田祭chキャスター  
近藤 美寿々

# 出店ブース

こだわりの商品を厳選しブースで体験販売

## 首都圏消化器画像技術研究会 (M☆GIT)

大腸がん検診を中心とした「がん検診」検査法のご紹介  
水溶性食物繊維に富む「水、PROJECT F」の販売

健康美のために、  
真の健康とも向き  
合ってみませんか?  
大腸CT検査は、検査の準備のための下剤を軽減し、検査の負担も少ない新しい大腸画像診断法です。当日は、この大腸CT検査をはじめとする、画像診断による最新のがん検診方法をご紹介します。



首都圏消化器画像技術研究会(M☆GIT)は、首都圏の診療放射線技師が集まり、消化器領域の画像診断の技術向上と画像診断の発展によって、国民の健康に寄与することを目的とした研究会です。

## ロート製薬株式会社



aco・mimu  
ガーゼタオル、ベビーギフト



## Kailani

チェアロミセッション  
国産シルク配合洗顔石鹸販売  
Jハンドケアデモンストレーション



## 百年家具 KIJIN



## キッチンリークレンズ by BHCL



## TOMIE

環境と人に優しい洗剤



## SORAYUI

TOKOWAKASUI  
ナチュラルシルクスキンケアコスメ

SHINSHIN  
アロマシリーズ  
micocoro



SORAYUI

and more ...