

働くあなたの健康サポート講習会



- ◆予防医学のナイスリンパ術で体も心もリフレッシュ!
- ◆老廃物を出し、血行促進で疲れも取れてスッキリ!
- ◆小顔づくりとアンチエイジングにもおすすめ!

引き締まった顔・健康な体をつくる

リンパマッサージ実践講座

顔のむくみ
肩こり解消術を
伝授します!

- ◆自分の手で行うので体に負担のかからない施術法
- ◆力のない女性や年配者でも簡単にできます!
- ◆リンパ施術の効果を医学的根拠から学びます!

リンパマッサージは薬を使わない健康法として、また、小顔づくりやアンチエイジングに効果があることで知られていますが、リンパマッサージは、仕事による疲労やストレス、免疫力の低下などの症状改善にも効果があるため健康管理面で推進する企業も増えています。

そこで本講座では、圧を加えないリンパドレナージュと筋肉のコリをほぐす筋肉セラピーを取り入れた「ナイスリンパ」のマッサージ方法を伝授いたします。是非この機会にご受講ください。



日時 平成31年1月24日(木)

午後2時~4時

会場 日光商工会議所 今市事務所
(日光市平ヶ崎200-1)

定員 50名(先着順)

申込み 1月16日(水)までに、日光商工会議所
今市事務所へお申し込みください。

TEL▶0288-30-1171

FAX▶0288-30-1172

主催 (公社)鹿沼日光法人会
日光支部今市ブロック

受講無料 ★マッサージ専用ジェルは
当会で用意いたします。



※筆記用具、手ぬぐい1本(同サイズのガーゼも可)
ウェットティッシュ(小)1個をご持参ください。
※仕事上、ジェルを使ったマッサージを実習できない
方は解説を聞かれるだけで結構です。

【講師】 池田 ことみ 氏

(株)ナイスリンパジャパン
代表取締役
一般社団法人日本リンパ協会
代表理事



美術学校デザイン科卒後、ファッション
業界・モデル・イベントコンパニオン、起業を経験。
現在は、神奈川県湘南と東京銀座に事務所を開き、セラピ
ストの養成に当ると共に、リンパスペシャリストとしてカルチャー
センターや各種団体等で指導講師として活躍中。

【講座内容】

- ◆リンパってなあに?
- ◆あなたのリンパの流れは?
- ◆リンパが滞るとどうなるの?
- ◆流れを良くするための
会社や家庭の過ごし方
- ◆さあ! リンパマッサージで効果を実感!
フェイスラインのナイスリンパ
肩こり・首こり改善

* FAXは切らずに送信して下さい。

「自分でできる リンパマッサージ実践講座」受講申込書

事業所名	TEL :	受講者名
	FAX :	
所在地	〒 —	

*ご記入いただきました個人情報は、セミナー運営以外の目的で使用することはありません。