

2019年3月19日
株式会社明治産業

明治産業 あなたにプラスを提供する
あ！めいじんぐ倶楽部 第16期
『キラリ☆美腸部』参加者募集のお知らせ
わたしに合わせた「腸活」で、体の中からきれいに！健康に！

株式会社明治産業は、CSR活動の一環として、地域の女性視点で、いつもの生活に、プラスの発見や楽しみを得ていただくためのオトナ女子の部活動

「あ！めいじんぐ倶楽部」を運営しています。これまで「美ウォーキング」「なりきりメイク」「おもてなし英会話」など、毎回新しい違ったテーマで活動してきました。今年で9年目を迎え、これまでの参加部員数は、延べ160名に上ります。

そして、この度、第16期のテーマが、腸を美しくする活動「美腸」に決まりましたので、これに参加される方を募集いたします。



★「美腸」とは!?

今、女性たちの間で話題の「腸活」。腸内環境を整えることで、デトックス機能や、免疫力を高め、体の中から健康に美しくなる腸のための活動です。腸活により「美腸」になると、「幸せホルモン」と呼ばれる神経伝達物質のセロトニンの分泌が活発になり、ストレスが緩和され、心も健康になります。セロトニンや、ドーパミンなど、人の感情を左右する上で欠かせない神経伝達物質は、腸で合成されているからです。

子育て、仕事、交際関係など、何かとストレスを感じる人が多い現代人。日本人の10人に1人が、腸に異常がないのに、腹痛、便秘、下痢、腹部不快感の症状を抱えていると言われています。そんな「現代人の腸の悩み」を解消しようと今回の活動を行います。

★エクササイズ、食、リラックスと多方面から1度に学べる!

腸についての基礎知識や、美腸のためのエクササイズ、自分に合ったセルフケア、腸に良い食べ物などを、講座やワークを通して学んでいきます。「腸内環境を整えてきれいになりたい!」「腸活には興味があるけど、簡単に取り入れられることじゃないと無理」「私に合う腸活ってなに?」という方々を対象に、参加者を募集いたします。

つきましては、ぜひ、皆様の媒体で参加者募集のご協力をいただけますようお願い申し上げます。

あ！めいじんぐ倶楽部 第16期「キラリ☆美腸部」

<募集概要>

■活動内容

腸を美しくするための講座・エクササイズ・ワークショップ・卒業イベント・SNS発信など。体の中から美しくなる体操や豆知識を学びます。

■応募条件

- ・福岡県近郊にお住まいの女性で、美腸にチャレンジしたい方
- ・「キラリ☆美腸部」部員として、地域に暮らす女性の目線で楽しく活動できる方
- ・自分の暮らしにプラスを見つける！という前向きな方
- ・下記の活動日（全6回）全てに参加できる方
- ・ご自身のSNSを通しての情報発信をしていただける方
- ・パソコンや携帯の操作、メールでのやりとりが可能な方

■講師 林加奈子先生

幼い頃より『食』に興味があり、管理栄養士養成課程の大学に進学。在学中に、真の健康への意識に目覚め、『食』だけでなく『運動』への学びも深める。『食』と『運動』両方からの健康へのアプローチで、現在は、医療機関や教育機関だけでなく、フィットネスクラブやヨガスタジオで、運動や栄養の講座、企業内の健康経営に関わる業務に携わる。『ヘルスイージング』をモットーとし、美と健康を推進していけるよう働きかけを行う。



■日程 全6回：5/10（金）・5/24（金）・6/7（金）・6/21（金）・7/5（金）・7/19（金）

■時間 10：30～13：00 ※7/19のみ時間変更あり

■募集人数 10名程度（応募多数の場合は抽選）

■参加費 1回500円 ※初回到6回分（¥3,000）お支払いいただきます。

※参加費は、震災復興のための資金として寄付いたします。

■託児サービス 一歳以上の託児有（500円/一人）※事前のお申込みが必要です。

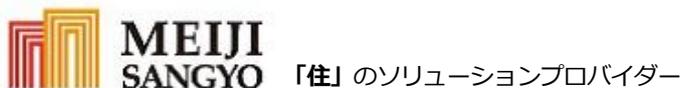
■応募方法 応募フォームよりお申込ください。→ <http://amazing-club.com/form.html>

■応募締切 2019年4月16日（火）

■お問合せ 株式会社 明治産業 TEL 092-736-7711 担当：永末（ナガス工）

E-mail amazing-club@meiji-sangyo.co.jp

【株式会社明治産業】“住”を通じてあなただけのプラスを提供します”をスローガンに、ガス事業関連、住宅関連機器の設置、リノベーションなどを行う会社です。女性のさらなる活躍が、人や街をもっと元気にすると考え、女性のライフスタイルに「プラス」を提供し続けます。



株式会社 明治産業

〒810-0022 福岡市中央区薬院 1-14-5 MG 薬院ビル 4F

Tel：092-736-7711 Fax：092-736-7714 <http://www.meiji-sangyo.co.jp/>

担当：永末有希 E-mail：agasue@meiji-sangyo.co.jp