

シティライフ主催

日々の生活が“もっと”豊かになる

# プロから学ぶ「生活向上セミナー」

阪神・神戸間の様々なジャンルで活躍するプロの方々から、技術や知識を学ぶことができるセミナーを開催します。健康や美容、お金についてなど日々の生活に役立つ内容がいっぱい。ご家族や友人と気軽にご参加ください。

プロから学ぶ  
「生活向上セミナー」

西宮  
なでしこホール

9.13(火)  
9時30分～16時20分

## 生活向上セミナーの楽しみ方

- Point 1 **セミナーに申し込もう**  
気になるセミナーを見つけたら  
右記応募フォームから応募しよう。
- Point 2 **セミナーに参加**  
プロが生活に役立つ様々な情報を教えてください。
- Point 3 **日々の生活で実践を**  
セミナーで学んだことを生活に役立ててみましょう。  
きっと毎日を豊かに楽しく過ごせるでしょう。

申込問合せ **TEL 06-6338-0640**  
(シティライフ 生活向上セミナー担当) ※平日10時～17時

## 「セミナー参加申し込みはこちら」

### 事前申し込みが優先となります。

下記URLの応募フォームもしくはお電話で申してください。各セミナーの状況によって、当日参加も可能です。  
※事前申し込みをキャンセルされる場合は必ず前日までにご連絡ください。

【応募フォーム】<http://seikatsukoujyou.citylife-new.com>

【お電話】TEL.06-6338-0640 (生活向上セミナー担当係まで) ※平日10時～17時



上記からも  
申し込みできます

## 「会場へのアクセス方法」

### なでしこホール 8F (西宮市高松町5番39号)



阪急西宮北口駅から南へ徒歩1分  
※会場に専用駐車場はありません。  
お車でのご来場の際は近隣の駐車場をご利用ください。

## セミナー一覧 9/13(火)

※参加費の記載がないセミナーは無料となります。※定員になり次第受付は終了となります。

	中ホール	小ホール
9:30 }	<p><b>1 言葉おくれや自閉症は脳が原因 その対処法とは</b> 新脳針医学研究所 堂島針灸接骨院</p> <p>言葉おくれや自閉症などの小児の発達障がい、脳の神経細胞が何らかの原因で働かなくなることで発生します。当日は、当院での改善例や、ご家庭でのケア方法についてお話します。</p> <p>講師/院長 前田 登貴子 先生 発達障がいやてんかん、自閉症など、子どもの症状に関して豊富なキャリアと確かな改善実績を持つ。メディアでの取材も多数。</p> 	<p><b>2 女性のための相続ビギナー講座</b> 行政書士法人神戸相続サポートセンター</p> <p>「ご主人にもしものことがあった時」に備えて、今から知っておきたいポイントをお話します。また将来への不安を解消してくれるアイテムとして、「遺言書」の活用をご紹介します。プレゼントがあたるクイズも実施。</p> <p>講師/税理士・行政書士 公文 真貴子 先生 相続税申告から遺言書作成まで、相続に関する業務を幅広く行う。「正しい情報をお伝える」をモットーに、女性目線の親身なサポートが評判。</p> 
10:30 }	<p><b>3 お墓の悩み解消・樹木葬セミナー</b> 京都の樹木葬</p> <p>お墓の悩みはありませんか?ライフスタイルの変化によって、お墓の形態も徐々に変わりつつあります。セミナーでは最近のお墓事情や、注目度が高くなってきた「樹木葬」についてわかりやすく解説します。</p> <p>講師/山崎 謙二 さん 「京都の樹木葬」運営事務局 代表。葬送やお墓の専門家として、さまざまなセミナー活動や書籍の出版なども行う。</p> 	<p><b>4 迫りくる英語改革で学校の授業はこんなに変わる</b> サクセス教育企画</p> <p>2020年の小5から英語は必須科目となり、授業は4技能(聴く・話す・読む・書く)を習得する方向に大きくシフトします。また、高校・大学入試にも英会話と英検資格が必要に。準備はできていますか?</p> <p>講師/齋藤 律子 先生 幼児英語リッツナーサリースクール、ステップワールド主宰。45年の講師経験を持ち、幼児から大学受験まで英語教育のスペシャリスト。</p> 
10:40 }	<p><b>5 親子で一緒に育脳レッスン</b> 幼児教室 コベル</p> <p>全国に教室を展開する幼児教室コベル代表 大坪信之による「子どもの可能性を広げる子育てセミナー」と親子で楽しく参加できるミニレッスン体験会を行います。</p> <p>講師/大坪信之 さん 福岡大学人間関係論非常勤講師、一般社団法人徳育学会会長、日本メンタルヘルス協会の公認カウンセラー。著書に「君の可能性は無敵大」「あなたの言葉で子どもは育つ」「偉人を育てた母の言葉」がある。</p> 	<p><b>6 多くの現代人が抱える「脳疲労」解消法</b> アカデミック整体</p> <p>元気が出ない、記憶力・集中力・注意力の低下、疲れが取れない、そんな症状ありませんか?実はそれ現代病として注目されている「脳疲労」か?今回は、その解消方法や日常でのケアポイントをお伝えします。</p> <p>講師/(上) 東 久仁夫 さん アカデミック整体 院長。 (下) 西崎 景子 さん WATEC認定リメディアルセラピスト。 オイルリンパヘッドセラピーのスペシャリスト。</p>  
11:50 }	<p><b>7 血液サラサラチェック あなたはサラサラ?ドロドロ?</b> リセット整体 エスコート・荻屋サロン</p> <p>「自分の健康は自分で守る!」「質の良い血液は免疫力も高い!」生きた血液画像を見ることで、今の健康状態を知ることができます。当日希望者から血液を拝見します。(3~4名の予定)【参加費 500円/※このセミナーは病名診断ではありません】</p> <p>講師/院長 高岸真智子 さん リセット整体達人整体師・血液画像分析インストラクター・食育インストラクター・上級睡眠健康指導士を取得し、トータル的に健康をプロデュース。</p> 	<p>13:00~15:10</p> <p><b>8 初心者のためのマネープラン基礎講座</b> マネースクール101</p> <p>お金に関する悩みを持たれている方は少なくないはず。そんな悩みを今こそ解決しませんか?お金に関する基礎知識から、ライフプランニング、資産運用、保険のことまで、「最低限コレだけは知っておきたい!」という知識を“お金のプロ”ファイナンシャルプランナー(FP)が分かりやすくお話しします。 ご希望の方は、FPによる個別コンサルティング(無料)も受けることができるので、是非この機会にご参加ください。</p> <p>講師/三好伸夫 さん 独立系のファイナンシャルプランナー。全国各地で多数のセミナーやコンサルティングを行う。分かりやすく安心してお金の相談が出来ること好評。</p> 
12:50 }	<p><b>9 今日から始めるー5歳になれる生活</b> 漢方薬ピュア</p> <p>アンチエイジングの鍵はミトコンドリア活性と活性酸素除去です。シミ・白髪・冷え・更年期障害・不眠・不妊などを改善!養生学に基づいたアドバイスで今日からできる若返りでー5歳を叶えましょう。</p> <p>講師/前川紗智子 先生 国際中医師。子宝カウンセラー指導士。カッサ療法士。 心と身体のデトックスをベースにカウンセリングを行っている。</p> 	<p>15:20 }</p>
13:00 }	<p><b>10 関節痛を防ぐ体づくり~日常生活のポイント~</b> PNF研究所 西宮</p> <p>関節は一度痛めてしまうと長期的にメンテナンスが必要になります。最も重要なのは予防。身体の解剖学、運動学の視点から理学療法士が日常生活におけるポイントをアドバイスします。</p> <p>講師/所長 小滝昌彦 さん 医学的知識に精通した理学療法士で、国際PNF協会認定のセラピスト。子どもから高齢者、プロアスリートの健康をサポートする。</p> 	<p><b>11 足の専門家が教える「健康的なカラダの基盤づくり」</b> 整骨院サキュレ</p> <p>建物でいうと基礎基盤である足指が歪むと柱である脚も歪み、土台である骨盤もガタガタ!こうなると、どんな良い治療をしても「何となくいつもしんどいな~」って感覚に。短時間でできる改善法から日々のケアまでをお教えいたします。</p> <p>講師/院長 加納芳郎 さん 外反母趾では33,000人の施術経験を持ち、手技で痛みを改善してきた「足」の専門家。巻き爪・O脚など足のコンプレックスや悩みも改善してくれる。</p> 