



(上)ピラティスは、リハビリから生まれた健康な身体と心をつくるメソッド。運動初心者でも自重の負荷で無理なく取り組める。(右)ピラティスマシンを使うことでより姿勢改善を感じられる。未来の健康な身体のために、生涯の習い事・運動として続けている人が多い。

sunny Lemonade

〔サニーレモネード〕
西宮市北口町19-6-1階
営/9時半~20時
木曜定休 完全予約制
☎0798-64-2220
[24時間受付メール予約]
info@sunny-lemonade.com
[H・P]http://www.sunny-lemonade.com
[ブログ]http://ameblo.jp/sunnylemonade/
[Instagram]https://www.instagram.com/sunny_lemonade/



BESJマットピラティス資格取得コース 未経験OK
全32時間(資格証書込み) 水曜日11時~14時
[料金]183,600円
【5月スタート】5/2(水)~7/11(水)
【9月スタート】9/5(水)~11/14(水)
TYE4*タイフォーマット1日資格コースも開催
7/20(金) 10時~15時

インストラクター・スタッフ募集中

「身につくお仕事と一緒に楽しく健康を広めませんか?」
●研修を行い、専属トレーナーとして活躍できる!
●週2回~、14時までの勤務も可(ママトレーナー活躍中)。

【歓迎】
西宮在住の人、元気で明るく体力に自信がある人、勉強意欲のある人、長期で働ける人、土日祝・夜間もフルタイムで働ける人
【給与】
技量により異なるため詳細は面接時に。

こどものピラティス&食育の勉強コース

お母さん対象。子どもに正しい姿勢習慣を身につけさせ、食育で味覚を鍛える実践的な学びを修得するコース。資料・修了証・自宅で子どもと観るDVD付き。
[日時]7/19(木) 10時~13時 3時間
8/24(金) 11時~14時半 3時間
[料金]143,200円

体験会・手軽に勉強会 開催

[日時]
5/31(木) 10時半~11時半 60分
6/28(木) 10時半~11時半 60分
[料金]6,480円・資料付き

インストラクターの資格を取って明日からピラティスレススンデビュー

西宮北口すぐの同スタジオでは「BESJマットピラティス資格取得コース」を受付中。ピラティスを通して身体を詳しく理解することができ、修了後にはインストラクターとして先生デビューも可能!手に職をつけられるのはもちろん、健康に、笑顔にできるのが魅力的な仕事だ。さらに、自身にも運動習慣が身につく、生涯を通して健康な心身を手に入れられる。未経験や運動が苦手でも大丈夫。資格取得コース以外にも

も人ひとりの身体に合わせたオーダーメイドなマンツーマンレッスンも人気。特別なピラティスマシンを使うので年齢も問わず難しくないので、実際に試してみたい人や、スタジオ雰囲気が気になる人は体験レッスンも活用して。

薬膳スクール

自分に合う食事を「選ぶ」、薬膳の基礎を学ぶ初級コース

資格取得者数日本一の実績を持つ健康美食サロン(咲美堂漢方薬房隣接)が初級コース「薬膳アドバイザー 認定試験・試験対策セミナー」を5月から開講する。資格取得後のフォローも厚く、仕事への活かし方も案内。体に良い食事や料理を知るのではなく、自分の体に合う食事の選び方などが学べる。5月2~3日に特別セミナー(参加費2,700円)が開催されるので、気になる方はお電話を。



料理教室ではなく座学が中心。資格取得後は中級(薬膳インストラクター)、上級(国際薬膳調理師)も目指せる。

薬膳アドバイザー認定試験・試験対策セミナー

木曜または土曜コースを選択
※同内容講義を違う曜日に振替可能
[第1回]5/17(木)・19(土)~全5回
13時半~16時半
[場所]咲美堂漢方薬房内
健康美食サロンセミナールーム
[受験日]10/5(金)・6(土) 11時~12時
※日時変更の場合もあり
[費用]46,440円
※受験料は25,000円(受験日1ヶ月前に支払い)



「食べることで健康になりたい方はもちろん、体や健康に関わる仕事をしている方もぜひ!」(咲美堂代表・池田のりこ氏)

健康美食サロン
(咲美堂漢方薬房)
[ケンゼンビシヨクサロン]
神戸市中央区北長狭通6-2-15
カサバ花隈B102
☎078-381-5665



資格講座

需要が高まる介護の資格取得後も手厚くサポート

今後ますます需要が増えていく介護のお仕事。全国で300ヶ所以上の高齢者向けホームを運営する同社が開講する「ベネッセ介護職員初任者研修」では、各施設で活躍している現役スタッフを講師に、介護の基礎的な知識だけでなく、エピソードを交えた実践的な知識を身につけられる。希望者には、施設・在宅の仕事や、人材会社での仕事探しまで、資格取得後のバックアップも手厚くサポート。介護の魅力や講座で学べることで、修了後の仕事など、気になることがあれば、まずは無料説明会へ参加を。



受講料は地域でもお得な54,000円(税込)と通いやすいのもポイント!「未経験だけどこれから介護職に就きたい」「現在無資格で働いている」「親の介護に役立てたい」という人にオススメです。

---ベネッセ介護職員初任者研修---

[5月/月水金コース] [7月/月火木金 短期コース]
●申込締切:5/1(火) ●申込締切:7/1(日)
●5/9(水)~全15回 ●7/5(木)~全15回
9時半~17時半 9時半~17時半
●神戸会場:神戸市東灘区
本山町8-6-26
東神戸センタービルE棟2階
●受講料:54,000円
●定員20名
※日程の詳細はHPをチェック
※予定されている日程に全て出席可能かを確認のうえ申込みを。



株式会社ベネッセスタイルケア介護セミナー

受/平日9時~20時、土日祝9時~18時
☎0120-922-711
http://shikaku.benesse-style-care.co.jp/
ベネッセ初任者研修 で検索



---無料説明会開催(予約不要)---

●会場:会場:上記と同じ
●5/10(木)、5/20(日)、5/31(木)、6/3(日)、
6/7(木)、6/16(土)、6/20(水)
●(午前の部)10時~11時(午後の部)14時~15時

From CityLife

**ライター・カメラマン・イラストレーター
フリーランススタッフ募集**

弊紙CityLifeで活躍してくれるフリーランスのスタッフを募集します。地元の魅力を伝えるための情報紙であなたの力を活かしてください。

- 取材エリア 神戸市(中央区・灘区・東灘区) 阪神間(西宮・芦屋) 大阪北摂エリア(高槻・茨木・摂津・吹田・豊中・箕面)
- 応募資格 高卒以上20歳~50歳位まで。募集職種の実験が3年以上ある方(ライターはディレクター経験のある方歓迎)
- 募集職種 ライター・カメラマン・イラストレーター
- 応募方法 シティライフweb採用応募フォームから応募してください。
http://www.citylife-new.com

こんな人を求めています

取材力、文章力はもちろんですが、企画立案、紙面構成を考えたり、ディレクションができる方を特に求めています。もちろん、グルメ、ヘアサロン、エステ、教育、子育て、住宅関係など、専門性の高いライティングができる方も大歓迎。まずは採用応募フォームからお申込みください。

主な制作物



情報紙City Life(毎月1日発行) 阪神・神戸版、北摂EAST版、北摂WEST版

Life+(ライフプラス)季刊 住まいづくりのヒントが詰まった専門誌

From CityLife

CityLife ファミリーモデル募集

シティライフ紙面にご登場いただけるファミリーを募集しています。

応募方法

メールが郵送にて。応募の動機、郵便番号、住所、氏名、年齢、職業、TELを記載し、上半身と全身のお写真をお送りください(随時受付)。
〒566-0001 摂津市千原丘1-13-23 シティライフ ファミリーモデル係
メール info@citylife-new.com
※ご応募いただいた方は登録をさせていただき、ご依頼する際は編集部からご連絡させていただきます。



薬やメスに頼らないアニマル理学療法

**ペットカイロマスター
理学療法士認定コース**

開講

ペットカイロとは

ヘルニア・歩行困難・てんかん等、手技だけで35,000頭以上の犬や猫たちに約90%の改善実績を誇り、薬や手術に頼らない新しい方法として全国的に注目されている理学療法です。画期的な手技を身につけ、苦しむペットを救いませんか?

アニマルセラピー入門コース

愛犬の簡単なケアや健康管理・診断などを短期間で習得できます。

ペットカイロマスター理学療法士入門コース

骨格及び骨格形成に必要なマッスルカイロ(筋肉の矯正)などを習得できます。

ペットカイロマスター理学療法士認定コース

ペットカイロマスターとして必要なすべての技術を習得することができます。

ペットカイロ理学療法士を目指しませんか?

老若男女問いません 将来独立を希望される方も歓迎
空いている時間を活かして 無資格・未経験OK

★主婦・週末起業・定年退職後の生きがいなど、空いている時間を活用して働くことができます。
★丁寧な指導と実践的な授業で未経験の方でも楽しく学ぶことができます。習得後のサポートも万全!

→育成支援制度←
働きながら資格を習得・就業可能です。
※この制度適用の場合、授業料が一部免除になります。

治療を希望される方もお気軽にご相談ください! (完全予約制)

ペットカイロマスター協会
関西本部/ 宝塚市南口2-5-54 宝塚センターハイブ202 受付/10:00~21:30 不定休 ☎0120-678-153
関東本部/ 東京都豊島区巣鴨4-24-2 ヒロセビル3F (地鐵通り) ☎0800-777-1356
http://petchiro-takarazuka.com/ ペットカイロマスター 検索
5/28(月)シティライフ主催の生活向上セミナーにも出ます! 詳しくはP10もご覧ください!