

入会通信 No.2

サロン部会

「80歳でヒールを履きこなす」が合言葉

美姿勢セラピスト みつなまゆ

の原因を突き止められます。

み先生による「美と健康セミナー」が4月24日、18名の参加で開催されました。最初から最後まで笑いが絶えない楽しいセミナーで、今まで抱いていた「姿勢」に対する意識や知識がガラッと変わった大満足の講座内容でした。

まずは「老化度チェック」。自分の体のバランスを確認します。先生に教えられた動きを難なくこなす方もいれば、「え！こんなにも！」というくらい意外な結果になった方もいました。実際に自分の体を動かしてチェックするので「老化度」をリアルに知ることができました。

「良い姿勢と聞いて、みなさんはどんなイメージをしますか？」との質問に「健康そう」「明るい人」「美しい人」「はつらつとしてそう」など。また芸能人であろう？の質問には様々な方の名前が飛び交い、「あーそうそう」「その人も綺麗よね」とみなさん納得。「姿勢が良い人＝健康な人」でしょうか？の質問に解剖学の見地から「人体の骨の構造」「人が生きて行く上であるべき本来の姿勢」の本格的な知識についてお話しいただきました。

今までわからなかった自分の体の様々な痛み(首痛・肩こり・腰痛・膝痛・外反母趾)



で学んで、本当にその通りだと思えました。猫背という誰かかもしれませんが、「原因は背中」と思いかもしれませんが、しかし、「原因は背中ではなく腰です」だったのです。腰が曲がっているから頭が前に出てしまふ。骨の模型を使って実際に腰が曲がり、頭が前に出るといふ、一連の骨のつながりを見せてもらうと、とてもよくわかりました。

報告 吉川みのり

JAP2018・ICT&印刷展

4月18日マイドームおおさかで開幕した。71社181小間で開催されたJP展には、18日から2日間で合計21,515人が来場しました。

今回のJP展は、「デジタル印刷機」「後加工自動化機器」「販促アイデア商材」の3つのキーワードで、中小印刷業界を取り巻く複合課題を整理し、企業が

置かれた状況や未来への思いを活かしながら、変革を目指す出発点を見定めてもらうことを目的としました。

展示会のはか、主催者セミナーと公開パネルディスカッションが行われ反響を呼びました。

報告 溝口恵美子

◆第2回役員会報告◆

日時…2月14日(水)6時30分
場所…社会福祉指導センター
出席者…田中幸橋野・佐々木兵頭
岡・田中範・山田益 各相談役

◆会長あいさつ及びOGS理事会報告
・「企業は成長するか否か」の座談会について

◆第3回役員会報告◆

日時…3月14日(水)6時30分
場所…社会福祉指導センター
出席者…田中幸橋野・佐々木兵頭
吉川みのり 各相談役

◆会長あいさつ及びOGS理事会報告
・M&Aセミナー4/14開催
各グループ

◆サロン「美と健康」セミナー開催

一筆箋

先日、愛用していたガラケーが悪くなり、新しくkeitaiを購入したのですが、スマホに早く慣れた方がいいと勧められて買ったものの、なかなか慣れず、電話に出ることすら出来ない時があり、早く慣れなければいけないと思っています。

新聞で「83歳9万人とつながる」ツイッターは若者だけのものではない、という記事がありました。少しでも早く慣れ、時代について行けるようになります。

北村 光延
次回は木田茂子さんです。

行事予告
ゴルフ大会 5/20
OGS総会 5/22
全国大会 6/2〜4