

報道関係者各位

練馬区プレスリリース 送付日 2018年(平成30年)9月14日

区長室 広報広報課 広報戦略係 電話 5984-2693 fax 3993-8572

写真:0点

資料:1点

事前のお知らせ

健恋7係プロジェクト企画

男性の健康づくりを区が民間企業とのコラボで応援!

～スーツを知る×姿勢を整える～差がつくスーツの着こなし講座を開催



とき 平成30年10月17日(水) 19時00分～20時50分

ところ 練馬区立 区民・産業プラザ3階 ココネリホール(練馬駅北口徒歩1分)

区は、来月17日、区民・産業プラザ(練馬1丁目)で、若い男性向けの健康づくり講座「～スーツを知る×姿勢を整える～差がつくスーツの着こなし講座」を初開催する。(9月15日より申込開始)「健康」という言葉が響きにくい男性に対し、スーツの着こなしという視点から健康づくりを考えるきっかけとする。

講座では、「スーツで日本を健康にする」と掲げる はるやま商事株式会社の福島崇仁氏が、スーツの基本や着こなしのコツなど実践的な内容を紹介するとともに、日本コンディショニング協会認定講師本田紀子氏が、姿勢の改善につながる「コンディショニング」講座を行う。

“スーツのプロ”と“姿勢のプロ”からそれぞれの極意を学び、若いうちから健康づくりを意識することの大切さを伝える。



▲チラシ

【概要】

講座名:～スーツを知る×姿勢を整える～「差がつくスーツの着こなし講座」

場所:区民・産業プラザ3階ココネリホール(練馬駅北口徒歩1分)

日時:平成30年10月17日(水)19時～20時50分(開場18時40分)

対象:区内在住・在勤・在学の20～40歳代程度までの男性

持ちモノ:なし。スーツ着用で参加。

申込:区ホームページ電子申請から申込 / 定員:100名(申込順)

応募期間:平成30年9月15日～平成30年10月15日(定員になり次第、終了)

講師:はるやま商事株式会社 福島 崇仁 氏

日本コンディショニング協会認定講師 本田 紀子 氏

【参考】コンディショニングとは

日本コンディショニング協会の有吉与志恵会長が開発した運動メソッド。人体の構成要素の中でも特に筋肉にフォーカスし、リセット、アクティブという手法を用い筋肉の本来の働きを取り戻す運動を行うことで、身体を自然な状態へ導くのが最大の特徴。

【参考】健恋7係プロジェクトとは

平成26年より開始した広報戦略プロジェクト。若手職員が中心となって、若い世代に向けての健康づくりの企画立案を行っている。今年度は、若い男性を対象とした健康づくり事業を展開する。

・フリーペーパーの発行

健恋7係プロジェクトでは、平成27年度より、若い世代に向けての健康情報の発信の手段として、フリーペーパーを発行している。今年度第1弾は、スーツの着こなし講座のフォローを目的とした記事を掲載する。

発行日:平成30年12月頃(予定)

【問い合わせ】練馬区 健康推進課 庶務係 電話03-5984-2482