

水野愛子の

60歳からはじめる

3/18  
(月)

# 表情筋トレーニング & 心美学

話題の講師「水野愛子」さん、毎日文化センター初登場

- 開講日 2019年3月18日(月)  
10時30分～12時00分
- 受講料 2,160円 ※入会金不要
- 持ち物 手鏡、筆記用具

表情筋は、年齢に関係なく何歳からでも鍛える事ができます。顔の筋肉を正しくトレーニングする事で「シミ、しわ、タルミ」の予防改善や、小顔作りに役立ちます。

現在67歳の表情筋のスペシャリストが長年に渡って開発した理論と実績に基づき、肌本来が持つ自然

治癒力や自己再生能力を高める「究極のトレーニング法」を学びます。合わせて、

「心理学、人生哲学、女性美学」を学ぶ充実の内容です。楽しい本音トークもご期待ください。



講師 水野愛子 67歳



プロフィール 水野 愛子 1952年生

幼稚園教諭として勤務後、美容界入り、1992年独立。心美学と共に表情筋のトレーニング法を考案し、海外の技術に独自の理論や医学的要素、色彩心理学、人生哲学、心理学、トータルマナーなどを加え、「水野愛子スタイル」を確立、日本表情筋トレーニング協会代表となる。現在、大学講演会、企業セミナー、全国での講演、出張レッスンなどを手掛ける。表情筋トレーニングと共にテーブルマナーレクチャー（フレンチ・中華・イタリアン・和食）をホテルや料亭を中心に行っている。その他、テレビ、ラジオ出演、新聞掲載、月刊誌連載等。大学外部講師・キャリア市民講師・カルチャースクール講師・六本木ヒルズアカデミースクール講師・トータルマナーコーディネーター・心理カウンセラー・予防医学士・国際免疫学会会員・日本抗加齢学会会員・色彩心理士。

水野愛子の表情筋トレーニング&魅力学 著者：水野愛子 ¥1,300円(税別) 2012年9月刊

## 毎日文化センターへ ようこそ

毎日文化センターは、毎日新聞の文化活動の拠点です。1958年春、毎日新聞大阪本社(当時、大阪堂島)の隣に毎日大阪会館が完成し、その機会に毎日文化教室として誕生しました。1980年、株式会社毎日文化センターに衣替えし、JR吹田駅前に移転。1995年春には現在の毎日新聞ビルが完成したのを機会に、大阪ガーデンシティに里帰りしました。誕生から生涯学習の草分けとして京阪神の皆さまから親しまれています。

### 必ずお読みください

受講料は前納していただきます。ご予約のお電話をいただきましたら、センターから専用の払込用紙を送付します。ご入金はゆうちょ銀行・郵便局での払い込み、または当センター受付窓口で直接お支払いのいずれかをお願いしております。恐れ入りますが払い込み手数料はご負担ください。

※払込用紙の半券(払込票兼受領証)は受講票代わりになります。なくさないよう保管し、開講当日に当センター2階受付(講座によっては開講教室受付)で提示ください。

### 電車でお越しの方

- ・JR大阪駅(桜橋口)から約8分
  - ・JR福島駅から約5分
  - ・阪急梅田駅から約15分
  - ・阪神梅田駅  
(地下1階西第3改札口)から約8分
  - ・地下鉄西梅田駅(北改札口)から約8分
  - ・阪神福島駅から約5分
  - ・JR北新地駅から約9分
- ※地下道から毎日新聞ビルへは  
6-10 出入口より  
エスカレーターで上がれます



### お車でお越しの方

- ・阪神高速 11号池田線出入橋出口、  
または、梅田出入口よりすぐ  
駐車場のご案内  
毎日新聞ビル地下1階、  
毎日総合モータープール

◆◆◆お申し込み・お問い合わせ◆◆◆

**毎日文化センター**

TEL:06-6346-8700 FAX:06-6346-8703

〒530-8251 大阪府大阪市北区梅田3-4-5 毎日新聞ビル2階

ホームページもご覧ください。  
<http://www.maibun.co.jp/wp>

毎日文化センター 大阪

