

奈良県  
**初開催!**

体に良い椅子とボディワークで体にやさしい座り方を手に入れよう

## 島家具製作所オススメの“体調アップする椅子”たちと 呼吸と姿勢で！体調&集中力アップ！頭もよくなる座り方セミナー

潰瘍性大腸炎という難病で、大腸を全摘出したのに、  
めっちゃ元気なボディチェンジブレスマスターの矢川純さんと  
島家具製作所のスペシャルコラボセミナーです！



島家具製作所で姿勢に良い椅子の販売を始め4年目となりました。この椅子の販売を通じて一番に感じたことが  
こんなにもたくさんの方が姿勢や腰痛でお悩みという事でした。今回は、そんなお悩みを少しでも解消し、快適  
な暮らしに繋がればと思いこのセミナーを開催することになりました。

座るという事は、立っている時のおよそ2倍の負担が体にかかっています。けれども生活の中では座るという動作  
は必要で、それは多くの方が無意識に行っていることだと思います。無意識だからこそ悪い姿勢で座っていたと  
してもなかなか気付くことができません。その状態では集中力なども低下し、さらには体に不調を感じることも  
あるかもしれません。その負担を軽減するために姿勢を正して呼吸を整えることが大切です。正しい姿勢をマス  
ターできれば生活は一変し、幸せな暮らしができるはず。この機会に体験して体を整えてみませんか。  
今回のセミナーは奈良県初開催の為、多くの方にご参加いただけるよう、特別価格にて行っております。

《こんなお悩みはないですか?》

腰が痛い

集中力が  
続かない

姿勢を  
よくしたい

胃腸障害を  
改善したい

毎日を  
楽しく元気に  
過ごしたい

運動不足  
になっている

開催日 2019年 4月 20日(土)  
14:00 ~ 16:00 (開場は13:30)

場 所 島家具製作所 ショールーム2F  
〒633-0068 奈良県桜井市東新堂513-1

定 員 20名 《お申し込み先着順》  
※15歳未満の方はご参加できません

会 費 特別価格 **3,000** 円

持ち物 ・タオル1枚 ・飲み物 ・筆記用具

前半は座学、後半は座ったままできるボディワークを行います。  
激しい動きはないので運動の苦手な方でもご安心ください。

椅子の人間工学  
(元千葉大学・  
小原研究室編・2型)



周辺地図



姿勢を守るアップライトチェア



 島家具製作所

担当/岡田  
10:00~18:00/水・木定休日

☎ 0744-43-7512

✉ info@jp-forme.jp

お申込み お問い合わせ