

**猛暑の夏、疲れを秋に持ち越さないための腸活トークイベント『みっちー先生の腸元気セミナー』2018年8月28日(火)開催～冷え対策の必需品・靴下のおしゃれコーディネートレッスンも～**

腸内環境を整える「腸活」のプロ・白石光彦先生をお招きします。健康×ファッションの異色コラボイベント！

株式会社フェリシモ(神戸市中央区)は、おうちレッスンブランド「ミニツク」のトークイベント「ミニツク トーク」の第1回を、2018年8月28日(火)にフェリシモ本社にて開催いたします。第1回は「夏の疲れを秋に持ち越さない」をテーマに、ミニツクの「腸元気プログラム」監修者で薬剤師の白石光彦先生をお招きします。夏バテや冷房での冷えなど、夏の不調を秋に持ち越さないために腸内環境から整える「腸活」についてお話しいただきます。さらに、万病の元と言われる「冷え」の対策として、靴下のおしゃれコーディネート術を現役スタイリストがレクチャーします。健康とファッションのプロによる異色の組み合わせのトークイベントです。ぜひご参加ください。



イベント紹介ページ(お申し込みもこちらから) >> <https://feli.jp/s/pr18080602/1/>  
イベント紹介動画  
<https://feli.jp/s/pr18080602/2/>

#### ◆イベント内容・講師紹介

##### 【腸活のプロによるトークイベント】

ミニツクの人気プログラム「腸元気プログラム」の監修者で、「腸から始まる健康づくり」をテーマに幅広く活動されている薬剤師の白石光彦先生をお招きします。夏バテ・夏冷えの原因や、疲れを秋に持ち越さないためにすぐに始められる対策について、たっぷりお話しいただきます！

講師紹介：白石 光彦 先生(ミニツク腸元気プログラム監修者)



薬剤師。1962年大阪生まれ。愛称は“みっちー先生”。「腸から始まる健康づくり」をテーマにカウンセリングを重視した予約制の相談薬店「光る堂薬店」を大阪市西区で営む。子どものころは小児喘息、大人になってからはアトピーで苦しむが、食を変えることで完治し、腸の大切さに気づく。現在は、健康セミナーや断食合宿などの腸活イベントで腸の大切さを世に伝える。食と健康アドバイザー、素食プランナーとしても活躍。2018年10月

中旬に、大阪ミナミの新名所『なんばスカイオ』に「漢方カフェ光る堂」をオープン予定。著書『体重 12 kg 減みるみる病気が治る腸活 酵素断食』（主婦の友社）  
<http://hikarudou.com/>

## ※「腸元気プログラム」とは



いま話題の「腸内環境」に注目し、無理なく腸を整えられる食材やストレッチ法を毎月自宅で少しずつ楽しく学べて、自分の腸の状態もチェックシートで記録できる12ヵ月通信講座です。便秘や肌荒れ、ぽっこりおなかに悩む女性におすすめのプログラムです。

腸元気プログラム >> <https://feli.jp/s/pr18080602/3/>

## 【現役スタイリストによる靴下おしゃれコーデ・プチレッスン】



エアコンや長時間の座り仕事で、夏でも冷えがちな足先。その対策には靴下が効果的です。しかし靴下はおしゃれに履きこなすのが難しいアイテム。そこで当日は、フェリシモでファッションや雑貨のスタイリングを担当するスタイリスト村上 きわこさんに、靴下コーディネイトのプチレッスンをしていただきます。足先を冷やさず、おしゃれもかなえる靴下選びのコツが学べます。

## 講師紹介：スタイリスト 村上 きわこさん



どこか物語を綴るようなロマンティック&ノスタルジックなスタイリングを得意として、広告や雑誌、イベントなどで活躍中。また2015年には、友人やスリランカの女性たちとともに「tsukitotane」をスタート。デザインの良さだけでなく、天然素材の布を一枚一枚丁寧に草木染めし、女性の身体や心までを気持ち良くさせる服づくりをしている。フェリシモではファッションのほか、ファッション雑貨や「職人靴」「長田の職人靴」のスタイリングも手がける。

## ◆イベント開催概要

## ・ イベント名

『ミニツク トーク vol.1 夏バテ、夏冷え、夏の疲れを持ちこさない！ みっちー先生の腸元気セミナー』

## ・ 開催日

2018年8月28日（火）

## ・ 開催時間

18:30～20:30

※開場18:00

## ・ 会場

フェリシモ本社オフィス

（神戸市中央区浪花町 59 番地朝日ビル 21 階）

## ・ アクセス

阪急三宮駅・JR元町駅・阪神元町駅・神戸市営地下鉄三宮駅から……徒歩約5分

JR三ノ宮駅・阪神三宮駅から……徒歩約8分

## ・ 会場地図

<https://feli.jp/s/pr18080602/4/>

## ・ 定員

60名

※先着順

## ・ 参加費

事前WEB申し込み…… 800円

（8/27 18:00 まで受け付け）

当日会場申し込み……1,000円

## ・ 申し込み方法

イベント紹介ページ内の専用お申し込みフォームからお申し込みください。

## イベント紹介ページ

<https://feli.jp/s/pr18080602/1/>

## 【事前申し込み締め切り】

2018年8月27日（月）18:00まで

※空席があれば、当日会場申し込みにてご参加いただけますが、当日までに満席となる場合もございます。

※当日申し込みは事前申し込みと参加費が異なりますのでご注意ください。

※受付状況については、イベント紹介ページにてご確認ください。

## ◆イベントお問い合わせ窓口

株式会社フェリシモ ミニツク企画編集室

問い合わせ先 >> <https://feli.jp/s/pr18080602/5/>

※「プログラム名」欄には「8/28 腸元気セミナー」とご記入ください。

※8/11～15は夏季休業のため8/16以降のご返事となります。

◆自宅できる、自分磨きと趣味の習い事講座「ミニツク」

できる ワクワク、ずっと  
**ミニツク®**

「やってみたかった、あんなことこんなことが楽しく“身につく”」をコンセプトに、さまざまなおうちレッスンプログラムを提案するブランドです。趣味や美容、毎日の習慣、お悩み解決など、おうちで好きなタイミングで始められて、自由なペースで続けられます。ミニツクは気軽にゆる〜く楽しみながら自分を少しずつ高める活動「ゆる活」を応援します。<https://feli.jp/s/pr18080602/6/>

— 会社概要 —

社名：株式会社フェリシモ

本社所在地：〒650-0035 神戸市中央区浪花町 59 番地

代表者：代表取締役社長 矢崎和彦

創立：1965 年 5 月

事業内容：自社開発商品をカタログやウェブサイトにて全国の生活者に販売するダイレクトマーケティング事業

◆会社案内 (PDF) >> <https://feli.jp/s/pr180101/1/>

— 会社概要 —

社 名：株式会社フェリシモ

本 社 所 在 地：〒650-0035 神戸市中央区浪花町 59 番地

代 表 者：代表取締役社長 矢崎和彦

創 立：1965 年 5 月

事 業 内 容：自社開発商品をカタログやウェブサイトにて全国の生活者に販売するダイレクトマーケティング事業