

ウェルビーイング創造のリーディングカンパニー ZEN PLACE |

呼吸のスペシャリストに！一日の呼吸回数は2万回、鼻呼吸で悩み改善や病気の原因治療！
息育指導士の【プレ講座】「あいうべ体操と鼻呼吸をもっと知ろう！」計8講座を開催決定！

—美容から悩みまで選べる8つのテーマで2023年6月23日(土)から順次開催—
最先端研究結果・科学をもとに、グローバルな環境で最新技術とDXで挑戦を重ね、サービス業界にイノベーションを起こしている最先端のWeb3.0 DX企業であり、ウェルビーイング創造のリーディングカンパニーである株式会社ZEN PLACE（本社：東京都渋谷区代表取締役：尾崎成彦）は、息育指導士の【プレ講座】「あいうべ体操と鼻呼吸をもっと知ろう！」を8つのテーマで2023年6月23日(土)から順次開催いたします。

そくいく
「息育指導士養成コース」あいうべ体操

Pre. Workshop



詳細・お申し込み：<https://www.bodymindspiritresearchlab.com/workshops/662>

呼吸のスペシャリストに！

一日の呼吸回数は2万回、鼻呼吸で悩み改善や病気の原因治療！

一日の呼吸回数は何と2万回、そして呼吸は生まれてから死ぬまで一時も休むことなくしなければなりません。食事の質で体が決まるように、呼吸の質でも体が決まってしまうのです。

そこで、あいうべ協会が本当に伝えたいことは、日本人の大半が「口呼吸」による弊害で病気になり、「鼻呼吸」にすることで様々な病気の予防・改善に促せるという事実です。

息育指導士の【プレ講座】「あいうべ体操と鼻呼吸をもっと知ろう！」

「あいうべ体操と鼻呼吸をもっと知ろう！」は、息育指導士の講師陣による「あいうべ体操」や鼻呼吸の大切さ、どんなことに活かしていけるのかを学部ことのできるプレ講座シリーズです。

こんな方におすすめ

- ・あいうべ体操って何？どうやって活用していけばいいの？と思っている方
- ・口呼吸はどうしていけないの？と感じている方
- ・鼻呼吸が大切なのは聞いたことがあるけれど、具体的な理由が知りたい方
- ・マスク生活で呼吸について疑問や危機感を感じている方

息育指導士の【プレ講座】「あいうべ体操と鼻呼吸をもっと知ろう！」開催概要

「あいうべ体操と鼻呼吸をもっと知ろう！」は、美容から身近な悩みまで選べる8つのテーマで開催いたします。

美容テーマの「あいうべビューティー」では、美人の印象は口もとが9割！とも言われている口元にあいうべ体操でアプローチ。脱マスク後は「あいうべビューティー」で口元美人を目指しませんか？

他にも、口を探究する学びの講座やストレス社会の課題でもあり、季節の変わり目に悩みの多いストレスケアや自律神経の乱れ、更年期障害など、身近なお悩みなどをテーマに開催いたします。

■開催テーマ・日時:

①6月24日(土) 18:00~19:00

あいうべビューティー 山際真寿美

②6月25日(日) 10:00~11:00

口の探検なぜ口唇不全症候群が増えたのか? 松田望

③7月27日(木) 19:00~20:00

はじめての「あいうべ体操」 染田ゆかり

④8月21日(月) 19:00~20:00

子どもの発達~お口の機能や歯ならびのはなし~ 大村伸介

⑤8月24日(木) 19:00~20:00

鼻呼吸で整える大人のストレスケア 池田朋

⑥9月14日(木) 19:00~20:00

あなたの更年期障害、口呼吸が原因かも? 前編
中島潤子

⑦9月28日(木) 19:00~20:00

あなたの更年期障害、口呼吸が原因かも? 後編
中島潤子

⑧10月13日(金) 19:00~20:00

あいうべで自律神経を整える 横山 大輔

■開催方法:

各日オンライン開催

■受講料:

各回2,500円(税込)

■お申し込み・詳細:

<https://www.bodymindspiritresearchlab.com/workshops/662>

Better Person 宣言



私たちは、zen place ピラティス・ヨガを通して
日々、社会に貢献しようという思いを持つ、よりよい人間になることを目指します。
よりよい人間になることを通して、
自分自身がウェルビーイングの状態であることをつくり、
これを広めることで、ウェルビーイングな社会をつくります。

zen place が提案する、Well-being - Since 2004

構想から約 20 年、zen place は世界の企業、団体と連携し
最先端テクノロジーやサイエンス、研究結果をも取り入れ
世界基準のレッスンを提供する、本格ピラティス・ヨガスタジオです。
脳の概念化、脳システムに基づき
知覚、実践で科学的に立証された zen place のピラティス・ヨガで
Well-being の創造をサポートします。

人生観が変わる、人生を変えるピラティス・ヨガ

株式会社 ZEN PLACE

「日本のウェルビーイングを世界最高にする」ZEN PLACE は、グローバルな環境で最新技術と DX で挑戦を重ね、ウェルビーイングとサービス業界にイノベーションを起こしている Well-being Development Company です。

最先端研究結果・科学をもとに、DX・Web3.0 との融合を行い、日本国内だけでなく中国をはじめとする海外のピラティス・ヨガスタジオの運営や学びを深める養成コースやワークショップ、ウェルビーイングを促進する自社開発アプリや AI 解析サービス、豊かな一生をサポートするヘルスケア・アプリの開発やクリニック・訪問看護、さらに免疫や内蔵機能の調節など様々な生体機能に効果があるといわれている CBD を取り扱う EC サイト運営や自社開発など、ZEN PLACEらしいユニークでシームレスな事業展開で Holistic Wellness と Well-being を実現し、社会に変化をもたらすユニークでオンリーワンの会社です。ZEN PLACE と、もっとウェルビーイングな未来へー

※1: 自社調べ(2023年5月)

商号 : 株式会社 ZEN PLACE
代表者 : 尾崎 成彦
所在地 : 東京都渋谷区広尾 3 丁目 1 2 - 3 6 ワイマツ広尾 4 階
業種 : ヘルスケア



■ZEN PLACE 関連サイト

スタジオ Website <https://www.zenplace.co.jp/>
コラムサイト <https://www.zenplace.co.jp/column/index.php>
公式 Instagram https://www.instagram.com/zenplace_official/
公式 Twitter https://twitter.com/zenplace_jp
公式 YouTube <https://www.youtube.com/channel/UC-N5VcKtH5XQLoOQonXDkpw>
コーポレート Website <https://corporate.zenplace.co.jp/>
コーポレート Instagram https://www.instagram.com/zenplace_corporate/
アカデミーWebsite <https://ac.zenplace.co.jp/>
オンラインストア <https://zenplaceonline-store.myshopify.com/>
CBD オンラインストア <https://cbd.zenplace.co.jp/shop>
zen place 採用情報 <https://www.wholebodyeducator.com/>

本件に関する報道関係者のお問い合わせ

株式会社 ZEN PLACE

マーケティング室 PR 担当：福田

メールアドレス: n.fukuda@zenplace.co.jp, zen_marketing@zen-jp.info