

# 美しい姿勢と歩き方教室

皆さん、普段、姿勢や歩き方には気を付けていらっしゃいますか？  
 ついつい猫背になってしまったり、ダラダラ歩いたりしていませんか？  
 そんな風になっていると歳よりも老けて見えたり長時間歩くと足腰が痛くなったりします。

でも正しい姿勢と歩き方をしていれば、見た目やスタイルアップに繋がりに負担がかからず健康にもよく、肩こり腰痛にもならず高いヒールで長時間歩いても足が疲れたり痛くなったりもしないそうですよ。

そこで今回、そんな指導をして頂けるのは、昨年のミスユニバース福井県大会に出場された方たちや本年度のミセスコンテストの福井県代表になられた方にもレッスンをされてきた講師さんです。

でも安心してください！今回はそんなレベルの高いモデルウォークはいたしません。素足で基本を習います。健康のために、また見かけた人に「あの人素敵〜」と思われるように颯爽と歩いてみませんか？

日 時：令和元年9月18日(水) 19時～  
 レッスン約1時間、その後、  
 お茶をしながら正しい靴の選び  
 方を教えて下さいます

会 場：末政建設株式会社 2F

申込締切日：9月12日(木)

対 象：女性、年齢制限なし



レッスン料  
**無料です**

ウォーキングインストラクター  
 立ち居振る舞い講師

**Shiny 笹井杏奈先生**



## パナソニックショールームへ行ってきました！



案内して下さったのは不破さん

左から藤田君と前田君

7月30日から3日間、丸岡南中学生が二人、職場体験で弊社に来ていました。体験の一つとして今年もパナソニックさんにご協力して頂きショールームを案内して頂きました。そこで日々進化しているパナソニックならではの優れたものをいくつか発見したのでご紹介いたします。

床暖房入り  
 あったかーい  
 お風呂場の床



システムキッチン  
 ここにコンセント!

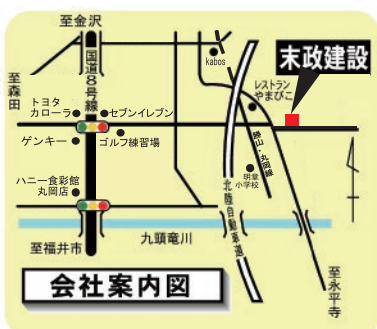
普段は足元のセンサー付きナイトライト。停電時でも自動点灯、外して懐中電灯にもなります

マグネットコンセントなのでうっかり足を引っかけてもポンと外れます



<ショールーム情報>  
 福井市高柳1丁目804番地  
 フリーコール 0800-170-3859  
 開館時間 10:00~17:00  
 休館日 水・木(但し、祝日は開館)、GW、夏季、年末年始

初めて、ショールームに行った二人は何もかも新鮮で驚きの連続のようでした。今後の勉強に生かしてくださいね!このようにどなたでもご覧になれるので是非、行って見てきて下さい。



## 末政建設株式会社

一級建築士事務所

SUEMASA. PLANNING

福井県坂井市丸岡町末政10-8-2

(0776)66-2647

E-mail info@suemasa.co.jp



末政建設のHPサイト