

GINGER

Style

セミナー

『GINGERSTYLEセミナー』開講！

女性誌GINGERは、2013年10月より、'外見も内面も美しく知的にをテーマに、女性の生き方を応援するセミナーを開講しています。ファッション、美容、仕事、恋愛・結婚、趣味など多岐にわたる講座を毎月1回開催します。誌面で活躍する美容家、スタイリスト、モデル、作家など、登場する講師陣も華やかです。外見も内面も、美しく知的な女性に進化できるセミナーで、新しい自分を見つけてみませんか？

【今月のテーマ】

食べて体を整える

～前田家にみる「食」で生活改善を目指すコツ～

広島東洋カープ 前田健太投手 夫人で、「ジュニア・アスリートフードマイスター」「食生活アドバイザー」「ジュニア野菜ソムリエ」の資格を持つ、成嶋早穂氏による、「食事」から「インナービューティー」を目指すコツを伝授します！

2/10（予定）に発売される【前田家の食卓。～食べて体を整えるレシピ～】から、普段の前田家の食卓から、アスリートを支える上で気をつけていることや、プライベートの前田投手の様子などこぼれ話もお話し頂く予定です。

食事も、ヘルシー志向になってきている現代社会にピッタリな内容になっています。日頃の仕事が激務で食事のバランスが取れていないという方や、今一度食生活を見直したい方には、特にためになること間違いなしです。

セミナー内容

- ★タイミングに合わせた食事セレクトのコツ
- ★前田家流 簡単献立プランニング術
- ★夫の野菜嫌いを改善した秘策
- ★体に効く調理の工夫 etc...

詳細

日時:2月9日(月) 開場:13:00 開講13:30 90分程度
定員100名
場所:THE CLASSICA omotesando
東京都渋谷区神宮前5丁目51(表参道駅から徒歩5分)
料金:一般¥1,500
※講義中心となる著書「前田家の食卓。食べて体を整えるレシピ」は当日会場でも販売致します。
※今回のセミナーには、マスコミ各社の取材が入る予定の為、映り込み可能性がございますので、あらかじめご了承下さい。

申し込み方法

下記URLから詳細を確認の上、お申込みください。
<https://tixee.tv/event/detail/eventId/8199>
※お申込みには、スマートフォンアプリ専用のチケット販売サイト「tixee」をご利用いただけます。
※スマートフォン以外の機種をお使いの方は、お手数ですが下記までお問い合わせください。
メールでのお問い合わせ:koukoku-staff@gentosha.co.jp
※内容が変更することがございます。ご了承下さい。
※女性限定のセミナーとなります。



今月の講師は...

成嶋 早穂さん

PROFILE

〈第18回講師〉

元東海テレビアナウンサー。2010年からタレント、フリーアナウンサーとして活躍。2012年、広島東洋カープ 前田健太投手と結婚。「ジュニア・アスリートフードマイスター」「食生活アドバイザー」「ジュニア野菜ソムリエ」の資格を持つ。食を通してプロアスリートである夫をサポートする妻であり、一児の母でもある。

公式ブログ「笑顔に成嶋」
<http://ameblo.jp/narushima-saho/>

【成嶋早穂さん新刊】

「前田家の食卓。」
食べて体を整えるレシピ
幻冬舎/2015年2月10発売(本体1300円+税)



女性の年齢とともに変わる自己実現欲求、人生観の変化、悩み・・・そんなリアルな声に合わせた、講師・テーマは、必ず「発見がある」と好評を頂いています。



GINGER とは...

2009年創刊の幻冬舎発の女性ファッション誌。20代後半～30代の都市で働く女性がターゲット。大人シンプルでカッコいいファッション企画や、内面も含めて美しくなるビューティ企画が人気。また、読み応えのある恋愛・結婚企画、大人女子の心理企画、ライフスタイル企画にも定評があります。毎月23日発売。