

件名：【Special コラム】オーガニックライフスタイルプランナー 笹本英恵さんのコラムを掲載！／健康づくり通信 2021.2.26

阪急阪神 健康づくり通信

2021.2.26

皆様こんにちは！

1月から3カ月間の期間限定コラムとして掲載の「ココロとカラダを健康で美しく Special コラム 2021」。

今回は、オーガニックライフスタイルプランナーで調香師の笹本英恵さんのコラム第2回をご紹介します！

東京にお住まいの笹本さんですが、関西が大好きでよくいらっしゃるそう。ポジティブなパワーあふれる笹本さんが、関西のパワースポットとしているお気に入りのショップをご紹介いただきました。

「アロマリーディング」で人の心を読み解くカウンセリングもされる笹本さんだからこそ大切にされている、色選びや体に良いモノを選ぶこと。

このコラムを読んで、自分自身が好きなモノを再確認してみるのも良いかもしれません。

あなたの心がときめくモノは何ですか？今のあなたは何色を選びますか？

▼「心をときめかせ、体も整えるモノ選び『選ぶ色にも意味がある』」

<https://healthcare.hankyu-hanshin.co.jp/column/34897/>

※笹本さんも参加される、阪急うめだ本店のイベント情報も掲載しています！

★☆☆・…………—

ココロとカラダを健康で美しく

Special コラム 2021

—…………・★☆☆

様々な分野でご活躍されている、以下4名によるコラムを掲載！

<https://healthcare.hankyu-hanshin.co.jp/newspring2021/>

●岸 紅子さん

<NPO 法人日本ホリスティックビューティ／協会代表理事・環境省アンバサダー>

「味噌は医者知らずー味噌ソムリエが語る発酵食 味噌の魅力ー」

<https://healthcare.hankyu-hanshin.co.jp/column/34327/>

「武田信玄も徳川家康も味噌好きだった」

<https://healthcare.hankyu-hanshin.co.jp/column/34781/>

●清水 愛さん

<歌手・ボーカル養成講師／クリエイティブプランナー>

「笑う門には福来るー歌って笑って顔のたるみとさようならー」

<https://healthcare.hankyu-hanshin.co.jp/column/34439/>

※「うた声フィットネス」エクササイズ解説動画も掲載中！

「声の表情を豊かにー“伝わる声”の作り方と喉ケアー」

<https://healthcare.hankyu-hanshin.co.jp/column/34884/>

●笹本 英恵さん

<オーガニックライフスタイルプランナー／調香師>

「香りのある暮らしのススメリー香りでココロとカラダを整えるー」

<https://healthcare.hankyu-hanshin.co.jp/column/34544/>

「心をときめかせ、体も整えるモノ選び『選ぶ色にも意味がある』」

<https://healthcare.hankyu-hanshin.co.jp/column/34897/>

●薬師寺 寛邦さん

<僧侶であり音楽家／今治市臨濟宗・海禅寺の副住職>

「呼吸ーwith コロナ時代の禅的心得ー」

<https://healthcare.hankyu-hanshin.co.jp/column/34681/>

★★★・.....

オンラインレッスン♪

清水愛さんとの「うた声フィットネス体験」

当選結果について

.....★★★

前回の「健康づくり通信」でご案内しました、Special コラム連動企画【オンラインレッスン♪清水愛さんとの「うた声フィットネス体験」】ですが、多くの方にご応募いただき、ありがとうございました！

当選された方には、2月24日の夕方にメールにてレッスン日時や詳細をご連絡させていただきました。

レッスンを楽しみにお待ちくださいね。

事務局からのお知らせ

■「阪急阪神 健康づくりサービス」について

アプリ「いきいき羅針盤」を利用したサービスをご提供しています！楽しく歩いてSポイントをためよう！

<https://healthcare.hankyu-hanshin.co.jp/info/15159/>

■「Wellness PLUS」SNS 公式アカウントについて

新規コンテンツの掲載情報や、健康づくりにご活用いただける最新情報を随時配信！

【Instagram（インスタグラム）】

<https://instagram.com/hhhdwellnessplus?igshid=1wtjn46za81ki>

【Facebook（フェイスブック）】

<https://www.facebook.com/%E9%98%AA%E6%80%A5%E9%98%AA%E7%A5%9EWellnessPlus-102644051733851>

【Twitter（ツイッター）】

https://twitter.com/HHHD_WellPLUS

□-----□

阪急阪神 健康づくりサービス事務局

お問い合わせ：

healthcare@hankyu-hanshin.co.jp

(阪急阪神ホールディングス株式会社
グループ開発室内)

□-----□