

# 健康的に痩せる！

～肥満→糖尿病→高血圧→脂質異常症→動脈硬化  
→心筋梗塞→脳卒中の連鎖を止めましょう！～

■日時:2016年4月8日(金)

13:00～16:00(受付開始 12:30)

■会場:グランフロント大阪 タワーB 29階

ロート製薬セミナールーム

■参加費:無料(定員20名)

■申込み締切:2016年4月6日(水)

4人の講師による  
豪華無料セミナー!  
サプリメント付き

## 1. 谷川 知子

MAクリニック心斎橋 院長

「なぜ肥満がいけないのか?  
それでも痩せられない人のために」

なぜ肥満がいけないのかと、肥満からくる健康被害と食事療法総論を話します。

食事療法で痩せられない場合は、機械の力を借りることも出来ます。アメリカFDAが認可した、脂肪細胞を凍らせ細胞死させることにより痩せることができるクールスカルプティング治療と、内臓脂肪に効果的なインディバ治療の話もさせていただきます。

東京女子医科大学卒業  
北里大学 形成外科・  
美容外科にて研修。  
大阪大学 形成外科  
助教を経て、2014年  
10月MAクリニック心  
斎橋 院長に就任。

<主な資格>

医学博士、日本形成外科学会専門医、日本抗加齢医学会専門医、高濃度ビタミンC点滴療法認定医



## 2. 伊藤 夕里亜

MSS 栄養カウンセラー

「毎日の食事と栄養で決まる  
ダイエット&アンチエイジング」

太りにくい食べ方、代謝を上げ脂肪を落とす栄養素など、日々自分で出来ることを「知る」ことが大切です。太りやすい方が陥っている食事の罠をわかりやすくお伝えいたします。

1973年長崎生まれ。二人の子供の出産を機に予防医学の勉強を始める。1999年に歯科医師である夫と共にイトウデンタルクリニック(福岡県古賀)を開業。一般の方向け講演会以外には全国のオーソモレキュラー療法に取り組む医院歯科医院への、スタッフ研修などを行っている。

<主な資格>

サプリメントアドバイザー、ひきこもり支援相談士、イトウデンタルクリニック栄養カウンセラー



## 第2回 MAクリニック心斎橋 無料セミナー

### 3. 宮脇 素子

整形外科医  
ピラティスインストラクター

「健康的に、しなやかに痩せる！」

日本の女性の寿命は世界一。いつまでも元気で楽しく美しく生きていきたいものです。それにはいつまでも動ける身体であることが鍵となります。そのためには「やせる」ことが必要なこともあります。効果的に「やせる」ために必要なこと、またその際に特に女性に心がけていただきたいことについて、医学的な理由を含めて分かりやすくお伝えします。

東京女子医科大学卒業  
東京女子医科大学膠原病リウマチ痛風センター整形外科助教



〈主な資格〉

医学博士、日本整形外科学会専門医、日本リウマチ学会専門医、日本体育協会認定スポーツドクター、Polestar Pilates Comprehensive Rehabilitation認定 Pilates Instructor

### 4. 辻川 容子

ロート製薬  
ピラティスインストラクター

「今日からできる簡単ピラティス」

気が付けば背中が丸まり猫背になっていたり、鏡に映る自分の姿にげんなりしたことはありませんか？ほんの少し筋肉を意識するだけで、みるみる改善されていきます。硬くなっている部分を動かして、身体の奥深くに眠っている筋肉を目覚めさせる、簡単で効果的なピラティスの動きをご紹介します。最後に、スマートキャンプでのピラティスレッスンの紹介をします。

FTPマットピラティスマスタートレーナーとして大阪府下にてインストラクター養成に携わる傍ら、2013年よりロート製薬スマートキャンプ ホリステックラボにてピラティスを指導。定期的に海外でピラティスの研修に参加し、自身でもワークショップ開催を行う。



【セミナーお申込み書】 ➡ FAX : 06-6244-3520

■お名前（フリガナ）： ( )

■MAクリニック心斎橋 受診歴： あり なし

■ご住所： 〒

■お電話番号：

■メールアドレス：

※お申込み書受理の場合はメールにてご連絡させていただきます。メール連絡不可の場合はお電話にてお申込み下さい。  
2~3日たっても返信が無い場合は、恐れ入りますがお電話にてお問い合わせ下さい。

【会場のご案内】 グランフロント大阪「ロート製薬セミナールーム」 ➡

所在地：大阪市北区大深町 3-1 グランフロント大阪 タワーB 29階

※1階からエレベーターに乗り9階スカイロビーで乗りかえて29階までお越しください。

〈最寄駅〉 JR 大阪駅 / 地下鉄御堂筋線・阪急電鉄・阪神電鉄 梅田駅 / 地下鉄谷町線 東梅田駅

【お問い合わせ先】 MAクリニック心斎橋

〒542-0086 大阪市中央区西心斎橋1-13-15-6F

TEL/FAX : 06-6244-3500 / 06-6244-3520

URL: <http://www.maclinic.jp/>

