

# パナソニックホームズご紹介 「セミナー講師一覧」

---

2023/10/10

あなたの誇りを建てる。

**Panasonic Homes**

テーマ	内 容	講 師
「百歳まで歩くための筋トレ」	いつまでも元気に歩くための脚の筋トレについて講話と実技	 <p data-bbox="1549 636 1914 739"> <b>GENKI BRIDGE</b>                      合同会社                      代表社員 元橋 智彦                 </p>
「椅子でできる健康体操」	自宅で椅子に座ったままできる体操の講話と実技	
「姿勢を正して腰痛・肩こり予防」	背骨と骨盤を柔らかくして姿勢を改善する体操の講話と実技	
「ロコモティブシンドロームについて」	足腰の筋力が弱くなって起こるロコモティブシンドロームの講話と実技	
「フレイル予防について」	最近問題の高齢者の虚弱についての講話と実技	
「脳トレで認知症予防」	手足を使った脳トレを実践	

## ＜プロフィール＞

パナソニックパンサーズをはじめ、多くのスポーツチームや選手のコンディショニングを担当。また小学生から高齢者の運動教室、事業所や自治体での腰痛対策など幅広い年齢層の健康増進に従事してきた。現在はGENKI BRIDGE合同会社代表社員として34年間の運動指導経験を活かし、高齢者の健康教室やセミナー、40歳以上の方を対象とした体調改善のパーソナルトレーニング、3次元足型計測機でのインソール作成を事業とし活動中。

タイトル	内 容	講 師
<p><b>「健康寿命を延ばすために」</b> ～表情筋エクササイズで笑いと笑顔のスマイルライフ～</p>	<p>健康寿命を延ばすを目的に脳に繋がっている表情筋(顔の筋肉)を動かすことの重要性を理論と楽しい実践(参加型)でお伝えします。まず、表情と脳のメカニズムを理解していただき、脳の血流にもっとも関係の深い口の周りの筋肉を中心とする表情筋エクササイズや替え歌で心と身体の若返りを実感していただきながら、笑いタプリの笑顔の時間を過ごしていただきます。</p>	
<p>&lt;その他タイトル&gt;</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎ 『健康長寿を目指そう』 ～笑いと笑顔でイキイキ人生～</li> <li>◎ 表情筋ストレッチで心と身体の若返り</li> <li>◎ 『笑顔で生きる』～笑顔筋(顔の筋肉)と脳のメカニズムを知る～</li> <li>◎ 『笑顔のススメ』～笑顔実践トレーニング～</li> <li>◎ 『身体・心・脳・表情イキイキ！！』 ～笑顔体質になるための表情筋ストレッチ～</li> <li>◎ 『明るい笑顔で健康づくり』～すぐできる笑いと笑顔の実践講座～</li> <li>◎ 【必笑！！人生一回笑顔一生】～笑い・笑顔の実践講座～</li> <li>◎ 『めざせ！！スマイルライフ』 ～表情筋ストレッチで健康づくり～</li> </ul>	<p>笑顔の時間 代表 表情筋セラピスト スマイルアドバイザー協会 理事長</p> <p>上田 真弓氏</p>

## <プロフィール>



美と笑顔と健康を届ける美笑家。保育士、トリマー、ヘルパー職を経て「表情筋セラピスト」公認インストラクターのライセンスを取得。企業の社員研修や各種講演にて活躍中。表情筋と出会い、学んでいくうちに人は表情を変えることで人生を変えることができることを知る。このメカニズムを一人でも多くの方に知っていただきたい「人生一回笑顔一生」の言葉通り、笑顔で人生を過ごして欲しいと強く思い「笑顔の時間」を設立。「次世代に笑顔を繋ぐ」を理念とし、これまで自信を支えて下さった多くの方々への感謝の思いを込めて、笑顔の心と大切さを様々な角度から伝えるスマイルアドバイザーとして活動を開始、現在に至る。

テーマ	内 容	講 師
<b>おしゃれで健康増進</b> <b>「10歳若返りのおしゃれテクニック」</b>	脳科学でも解明されてきている「おしゃれを楽しむこと」が外出のきっかけづくりや社会とのつながりを有無ことに繋がっている背景を活用して、色を楽しむコツを、ご自身の似合う色を見つけながらお話してまいります	 <p>棚卸ライフセラピスト K's style代表</p> <p>有本 久美子氏</p>
<b>色とおしゃれで健康づくり</b> <b>「おしゃれは心のビタミン」</b>	色のコーディネートを楽しみながら、脳トレーニングしていきます。	
<b>こころを元気に、</b> <b>いきいき生きる「言葉の魔法」</b>	普段何がなく使っている言葉ですが、言葉の使い方で人を傷つけたり、勇気づけたりもします。そんな言葉の持つエネルギーを理解し、自身の心や周りの方々とのコミュニケーションを充実させるコツを、お話しいたします。	
<b>SPトランプで自己理解</b> <b>「いきいきコミュニケーションup術」</b>	人生100年時代と言われている時代、楽しく社会と繋がりにいきいきと元気に長生きしたいものです。そのためには他者との関係性を、より楽しいものにする必要があるのではないのでしょうか。自分を知り他者を理解することで質の高い関係性を作りませんか？	
<b>カラーカードで自分を知る、</b> <b>他者を知るコミュニケーション術</b>	選ぶ色で、自分の求めている深層心理に気づけます。ストレスをどう受け流すのかも自分次第です。健康に長生きするなら、自身の心をいつも「明るく・元気に・前向きに」することが大切。そのためにも今ココの自身の心を見つめてみませんか？	

## <プロフィール>



卸しライフセラピスト  
K's style代表

有本 久美子氏

### **【カラー&イメージコンサルタント歴35年】**

**35年の講師キャリアの中で、のべ1万人以上にイメージコンサルティングを実施、  
通算3500回以上にのぼる講演会の実績を持つ**

旧日本勧業角丸証券で役員秘書業務を5年経験後、人材派遣会社で研修及び派遣業務に関わる。その後、色彩に関する会社に入社し、人材育成、イベント企画などを経験。平成12年に有限会社カナルプランニングを設立する。35年に渡りイメージアップ、コミュニケーション、ビジネスマナー、自己理解などの研修、講演セミナー等に従事。

その後、個人事業主となり「K's style」として活動を開始。今まで培ってきたスキルや経験に加え、新たな新境地として大学にてキャリアコンサルティング、職業訓練校にて就職支援講義を行い、美容専門学校では今までの経験を生かし、パーソナルカラーやカラーデザイン等の授業を担当している。

また、世界的にうまくいく人達とそうでない人達の違いを研究する脳科学者の西剛志博士に師事し、脳科学に基づくコーチング・スキルを習得。

同じような境遇の女性の力になりたいと思い、個人の方を対象に外見を整えるイメージコンサルティングに加え、自分のものの捉え方、価値観、考え方を見つめることなど、自分の内面に気づくコーチングやこれからの人生をより輝いて生きていくためのキャリアカウンセリングを開始。知識と経験を常にアップデートしながら精力的に活動している。

現在、インターネットラジオパーソナリティとして、「自分らしく生きる」を発信中です。

テーマ	内 容	講 師
<b>放送作家というお仕事</b> ～私が著名人に教えられたこと～	笑福亭鶴瓶、やしきたかじん、星野仙一、ビートたけし、SMAP・中居正広、奥田瑛二、嵐・櫻井翔、大平サブロー、ジャパネットたかた・高田社長、池上彰…。放送作家という仕事を通じて垣間見た著名人の仕事ぶり、そして素顔から学んだ諸々のことに関する講演。受講者の年齢構成、男女比などを考慮して題材になる人物をセレクトします。	 <p>京都光華女子大学 短期大学部教授 &amp; 放送作家 鹿島 我 氏</p>
<b>これがわかればTVが 10倍おもしろくなる！</b>	「何故、時代劇は放送されなくなったのか？」「何故、プロ野球は地上波で放送されなくなったのか」に始まり、番組の最後に流れるロールスーパーの読み取り方、ドラマ出演者のランクの読み取り方、出演番組らわかる芸能人のタブー…。普段のテレビ視聴が10倍おもしろくなる豆知識を紹介していく講演です。	
<b>笑うってこんなに素晴らしい！</b>	「笑いは長寿の源」「笑いは病気の予防に役立つ」「笑いはボケ防止に役立つ」「笑いはイジメに打ち克つ」「笑いはコミュニケーションを円滑にする」。「笑いは…もてる」大学での授業をベースに、お笑いに関する研究や芸人のエピソード等を加味した「笑い」がもたらす様々な効果効能についての講演です。受講者の年齢構成、男女比などを考慮して題材になる内容をセレクトします。	
<b>世界で一番おもしろい民族… それは関西人！</b>	もはや定説になった「二人で話せば漫才になる」に始まり、「銃で撃ったマネをすると死んだフリをする」「芸能人をみるとすぐにたたく」…。関西人の数々の行動パターンと関西で制作されるテレビ番組の傾向から導き出された結論「関西人は世界で一番おもしろい民族」を実証していく講演です。	
<b>個性的に生きよう！ ～日本をダメにした マニュアル文化～</b>	ファミリーレストラン、コンビニエンスストア、ファーストフード…これらの店のアルバイト用に開発された様々なマニュアルは日本をいろんな形でダメにしている。女子大生の言動から日本の危機を解説し、個性的な若者を育成するための方法とその効果を紹介する講演です。	
<b>たかが野球、されど野球</b>	春と夏、朝から夕方まで高校野球を放送し続ける国営放送局。5万人を超える観客動員1位の座に輝く「野球」。10年に渡って担当してきた高校野球番組と阪神タイガース番を誇る甲子園の阪神戦…。サッカー人気に押されながらも依然として国民的スポーツ1位の座に輝く「野球」。10年に渡って担当してきた高校野球番組と阪神タイガース番組の制作を元に日本人はなぜ、野球好きなのかを分析する講演です。	

## <プロフィール>



鹿島 我 氏

本名 : 鹿島 徹  
職業 : 大学教授&放送作家  
出身 : 大阪府大阪市  
生年月日 : 昭和41年4月22日  
経歴 : 昭和60年、大阪府立北野高校卒。  
平成3年、関西学院大学社会学部卒業（マスコミュニケーション論専攻）  
在学中より、放送作家として活動開始  
平成22年、京都光華女子大学短期大学部に准教授として着任  
ライフデザイン学科でエンターテイメント分野を教える

主な構成番組：（ABC系）ナイト・イン・ナイト 晴れ時々たかじん  
虎バン 熱闘甲子園 べかこの自遊時間どですか  
アタック25 KISSしたSMAP  
（KTV系）痛快エブリデイ ぶったま こうなる宣言  
（YTV系）たかじんnoばあ～ たかじんnoどお～ 中居く  
ん温泉  
（MBS系）新・たかじんが来るぞ ヤングタウン

ドキュメント：横山やすし芸人の生涯 笠松競馬 中京女子大レスリング部栄監督物語

審査員 : M-1グランプリ R-1グランプリ 上方漫才大賞 上方番組大賞  
講師歴 : ビデオジャーナリスト学院（ナレーション 入試用論作文）  
心斎橋大学（特別進学クラス 漫才史）  
アミューズメントメディア総合学院（ノベルスコ）  
ECC（芸能リポーター養成講座）

その他 : 携帯電話サイト作成 ゲームソフト企画 ホームページ企画  
連載 : 日刊ゲンダイ 関西芸能界まんだら  
産経新聞 キラメキ！テレビ塾

過去の講義録：時代を造った企業の研究（スタジオジブリ 任天堂）  
企画書の作り方（雑誌 テレビ番組 ラジオ広告 シナリオ 芸能人プロ  
グ）  
関西芸能史（万歳の誕生から現在まで）  
橋下徹の作り方

執筆 : 現在、推理小説を各文芸賞に投稿中  
※2009年7月26日現在  
宝島社「このミステリーがすごい大賞」第一次選考通過

タイトル	内 容	講 師
表情筋トレーニングで 見た目 - 10歳	しわたるみを改善する、いつでも場所を選ばずにできる、間々田式表情筋トレーニング（コアフェイストレーニング）を伝授いたします。顔もからだと同じ筋肉です。いくつになっても鍛えることが可能です！自力でできるエイジングケア法、年齢を重ねるほど素敵になる秘訣をお教えます。女性だけでなく、若々しく健康的な印象を重視する男性エグゼクティブの方からも好評です。	<div data-bbox="1632 425 1873 636" data-label="Image"> </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ままだよしこ メソッド株式会社 代表取締役</li> <li>・表情筋研究家</li>   <li>間々田 佳子氏</li> </ul>
知らなきゃ損！ やはり見た目が100% 笑顔の作り方	ご自身の顔や笑顔に自信がない方は意外と多い。顔の中には約60種類の筋肉があり、たとえば頬と口角を上げる為には「大頬骨筋」「口角挙筋」といった表情筋を使います。これらの筋肉を使うコツが分かると表情筋をコントロールできるようになり、疲れ顔や老け顔が改善できます。皆様の見た目印象を更に上げるための表情筋トレーニングを楽しくお教えます。	
「顔筋トレで脳を活性化！ 脳も顔も若返り」	「顔」は脳に一番近いパーツ。顔と手指を動かすことで「脳活」につながります。顔も脳も若返りを目指す表情筋トレーニングをお教えます。ご家族・ご友人と楽しめると好評です。	
コミュニケーションは見た目が9割 夫婦関係・友人関係もより良くなる 「伝わる顔の動かし方」を伝授します。	普通にしているつもりなのになぜかご家族やお友達から「怒っている？疲れている？つまらない？」と聞かれた経験はありませんか？その原因は、もしかしたら顔の運動不足や表情の癖から起きているかも知れません。コミュニケーションに関わる悩みはすべて「顔を動かす」ことで解消できます。驚くほど人間関係が変わり、人生にも変化が表れる顔の使い方を伝授します。	

## <プロフィール>



間々田 佳子

顔ヨガブームを引き起こした「顔の筋トレ」の第一人者。  
【コアフェイストレーニング®（顔の筋トレ）】という新メソッドの普及に奔走。  
美容業界だけでなく、学生・ビジネスパーソンを対象に「顔の筋トレ」から  
表情を豊かに、コミュニケーションを円滑にする講座を行う。  
また、顔を動かすことは、脳を活性化し、自律神経・免疫を強化する。  
近年は、幸せホルモンと言われるセロトニンを増やすといったテーマをプラスし、  
新しいトレーニングを多数監修・指導している。

自身のたるみ顔を改善した経験がメディアで話題となり、以来、テレビやイベントなどで幅広く活躍中。

著書は17冊、累計57万部突破。  
顔の筋トレから人間関係をより良くする『フェイスコミュニケーション術』を広めている。

### ■メディア出演歴

「金スマ」（TBS）、「行列ができる法律相談所」（日本テレビ）、「この差ってなんですか？」（TBS）、「探偵!ナイトスクープ」（朝日放送テレビ）、「しまじろうのわお」（テレビ東京）、「林先生の初耳学」（毎日放送）、「めざましテレビ」（フジテレビ）、「ノンストップ」（フジテレビ）、「天才てれびくん YOU」（NHK Eテレ）、「4時も!シブ5時」（NHK）、「ソレダメ」（テレビ東京）、「ヒルナンデス」（日本テレビ）、「嵐にしやがれ」（日本テレビ）他多数。

タイトル	内容	講師
<p>「知ってみよう！家族信託」</p>	<p>資産が凍結することがあるって知っていますか？                  一つは相続、一つは認知症です。                  高齢になった親の預金の解約、不動産の売却等ができなくなり、                  お困りになるご家庭が増えています。                  認知症になってしまう前にできる資産凍結対策として、今大きな                  注目を集めている制度が「家族信託」です。                  遺言や成年後見では実現できなかった新しい財産の渡し方・残                  し方「家族信託」について分かり易く説明します。</p>	<p>DCT司法書士事務所                  代表司法書士                  安藤 紀子氏</p>  <p>※近畿2府4県を基本としそれ以外の地域は応相談</p>
<p>「生前整理セミナー」</p>	<p>生前整理をしていないと家族間トラブルが起こりがち。                  そうならないためにも元気なうちに財産を明確にしてしかるべき方                  策を立てる。                  つまり生前整理をすることが大切になってきます。                  その方法について詳しく解説</p>	<p>福籠屋代表                  遺品整理士                  茂 隆行氏</p> 

タイトル	内 容	講 師
 <p>笑って学べる</p> <p>「落語で学ぶ 相続・遺言・終活」</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 落語家は見た！ドラマより修羅場だったお通夜での相続争い</li> <li>■ 相続とは最期の義務教育 それをしないから子供は争う</li> <li>■ 昔とは違う！早めに必要な認知症対策と困ることあれこれ</li> <li>■ 低金利時代でどうする？老後の資金と資産運用</li> <li>■ 終活は明るく前向きに…なるほど！な事例を披露</li> <li>■ 困った事例続出 大切になるデジタル遺品と終活</li> </ul>	 <p>こころ亭久茶 行政書士 木崎 海洋氏</p>
 <p>笑って学べる</p> <p>「落語で学ぶ 相続と不動産」</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 今、相続の現場で何が起きている？ 最新事例をひもとく</li> <li>■ 大切な相続税対策の成功例・失敗例</li> <li>■ 相続の先送りで困ること…不動産相続登記の義務化がスタート</li> <li>■ 空き家・空き地問題は専門家のアイデアと意外なニーズの引き出し方</li> <li>■ 子供でも親の不動産は売れない？ 早めに必要な親の認知症対策</li> <li>■ アパート経営は後出しジャンケンで勝ち組に</li> </ul>	

## <プロフィール>



講師：こころ亭久茶（行政書士きざき法務オフィス 代表 木崎海洋）  
 資格：行政書士、宅地建物取引士、AFP、賃貸不動産経営管理士、他  
 相続と不動産業に携わり35年、相続時の不動産対策や遊休不動産の活用、節税対策など多数経験。  
 実例を解説する落語形式の講演はおもしろいと評判になり、全国で年間140回を超える講演の依頼がある人気の講座。

パナソニックホームズ株式会社  
パナソニックグループOB会担当



上瀬 隆（かみせたかし）

フリーダイヤル 0120-71-8746

※2023年2月16日より下記メールアドレスに変更になりました。

✉ [kamise.takashi@kk.panasonic-homes.com](mailto:kamise.takashi@kk.panasonic-homes.com)

※講師料につきましては上瀬までお問合せ下さい。