

# LIVING



## 幸せな人生のエンディングのために リビングen活フェア千葉2014

★価格は、特別に表記しているもの以外は税込価格です

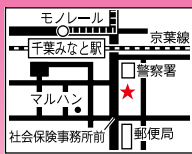
# ハッピー en Do

9/30 (火)

10:00~16:30

入場無料

会場 オークラ千葉ホテル  
3階エリーゼルーム



【アクセス】JR・千葉モノレール「千葉みなと駅」から徒歩5分 ※当日、千葉駅から「無料送迎バス」運行→2面

ちばの酒蔵ケーキ引換券



新製品のチョコタイプ。地酒の香りがふわ〜ん

先着300人にちばの酒蔵ケーキをプレゼント!

開場の10:00から先着300人に「酒蔵ケーキ」(1カット個包装)をプレゼント。  
提供/九十九里地酒「舞桜」の「守屋酒造」  
※メイン会場内リビングブースで

昨年創刊、さまざまなメディアで話題沸騰中の「終活読本ソナエ」

知っておきたい!



葬儀/相続/遺言/墓地/老前整理/遺影撮影など

試せる・オトク!

靴/メガネ/コスメ/ニアカー/仏花/手作り甲冑着用体験など



これからしたい!

人気の女優フォト/音楽/健康/エステ/グルメなど



特別価格 500円

行列のできるベーカリーピーターパンから限定100セット販売!

ふなっしーパン、メロンパンなど、売り切れ続出の人気パンばかりを4個セットに! en活フェア限定で、さらにお得。協力/奏の社店(習志野市)



### メイン会場ステージ

事前申し込み不要。当日会場へ

多彩なステージも無料観覧!

10:30~11:00

終活ブーム あなたは何をすべきか

遺言、相続、エンディングノート、断捨離...あふれる情報の中、最も大切なものは何か? 日本初の終活誌「ソナエ」編集長の赤堀正卓さんが教えてください。



11:30~12:00

最後まで自分の足で歩こう

1日5分、寝たきりにならないために健康なうちから始める「歩行の基礎トレーニング」。『足と歩行の専門整体 Phys's』理学療法士・柴田英宣さんから学びましょう。



12:30~13:00

ホテルの料理長が伝授! 家で楽しむ和食の心得

「オークラ千葉ホテル」日本料理長の三好隆平さんが、秋の味覚を家庭で楽しむ・和食の心得を伝授。これを聞いたら、プロの味が家庭でも!



13:30~14:00

笑顔でステキに若返り~ 笑顔(表情筋)セミナー

テレビ、雑誌で話題。「ヴェーネレ」美容家・中村レイコさんによる「ビューティ・スマイル・デザインング」(表情筋トレーニング)で、いつまでも美しく!



14:30~15:00

~フラとウクレレの響き~ ハワイアンコンサート

「ヤマハ アイバ楽器」の講師と生徒さんによるウクレレとフラダンスのステージ。音楽で心を豊かに明るく。さあ、ちばで常夏のハワイ気分!



15:30~16:00

自分で動いてもらうために 知っておきたい介助のコツ

ちょっと介助があれば、起きられる・歩ける人がより動けるように「少しでも楽に介助できるコツ」を千葉県理学療法士会会長の田中康之さんが実演を交えて。



抽選で70人 無料イベント

ハッピー en Do 寄席

12:00~13:00

電話、ハガキ、FAXで

事前申し込み 9/16(火)=必着

※申し込みは2面セミナー欄参照



抱腹絶倒! 生の舞台上で伝統芸能を楽しみましょう。真打 落語家・三遊亭円左衛門さんによる落語。一席目「欠伸指南(あくびしなん)」二席目「茶の湯」

ほかにも、事前受け付けのセミナー情報が2面に!