

ライフスタイル・コンシェルジュ 12月・2026年1月の企画のご案内

●セミナー後、軽食付き ●各定員 20 名 ●参加費 1,000円
●事前申込制(抽選) お一人様 2 講座まで申込み可

お申込みはコチラから

ラウンジセミナーに参加希望の方は、ホームページからお申込みください。お申込みが既定人数に達し次第、受付を終了し、抽選によって参加者を決定いたします。抽選結果は、各講座の一週間前までにメールでご連絡いたします

QRコードから
ホームページ
にアクセス



<http://life-style-concierge.jp/>

12月10日(水)
10:30~12:00

転ばない・衰えない・楽しく動く！ 健康寿命をのばす体づくり

ロコモティブシンドローム予防の観点から、姿勢・筋力・動作の改善を通じて健康寿命をのばす方法を解説。科学的根拠に基づく運動実践のポイントを学びます。

座学と簡単な運動もごございます。
動きやすい服装とスニーカーの
ご準備をお勧めします。

○ 講師

H-Field Sports Performance Center
代表取締役 兼平 智孝 氏



12月18日(木) 10:00~12:00

・定員 15名
・材料費 2,500円 (別途参加費)

ワーク
ショップ

油絵でクリスマスツリーを描きましょう<初心者向け>

講師があらかじめ下絵を施した約7cm×11cmサイズのキャンバスにクリスマスツリーの作品を完成させます。油絵初心者向けのセミナーです。描いた絵は自宅で飾れるように額が付きま

す。(額込みサイズ約13cm×18cm)

同時開催の標葉さんが描いた優しい花たちの作品展もご覧ください。

○ 講師

遊彩工房 花言葉
標葉 祐可子 氏



作品見本です。
額は現物のものと異なります。

■12月 アートスペース企画

標葉 祐可子 「優しい花達 vol.8」

12月3日(水)~27日(土) 最終日15時迄

ふっと手を止めて、お花に見入ってしまう。言葉を紡いでいるかの様に咲いている。そんな一瞬の輝きを優しい色彩で描く、油彩画家 標葉祐可子(しねはちかこ)氏の作品展。心癒されるひとときを花たちと共に過ごしてください。

☆作家来場予定☆ 3日(水)11~17時 ・ 7日(日)13~17時
13日(土)11~17時 ・ 18日(木)13~17時 ・ 21日(日)11~17時
26日(金)11~17時 ・ 27日(土)11~15時



参加費について※ご確認ください

ラウンジセミナーの参加費は 1,000円 となります。(2025年6月から)
何卒ご理解ご協力をいただきたくお願い申し上げます。

アトラストプロデュース 弁護士が教える身近な相続トラブルへの対処法

2026年1月24日(土) 10:30~12:00

相続は、話し合いが長引くほど感情的な対立を生みます。もし家族間での遺産分割協議が行き詰まったり、特定の相続人と連絡が取れなくなったりしたら、どう対応すべきでしょうか？本セミナーでは、トラブル発生時の「やってはいけない初動」から、家庭裁判所での調停・審判といった具体的な解決手段まで、弁護士が解決への道筋を分かりやすく解説。おひとりで悩まないための知恵をお伝えします。

○ 講師

ハイフィールド法律事務所
弁護士

宮本 洋一 氏



・仙台簡易裁判所民事調停官(非常勤裁判官 2019~2023)
・仙台家庭裁判所家事調停委員(2024~現職)

実践！声をきたえる健康法

2026年1月29日(木) 10:30~12:00

実践！声を鍛える健康法。呼吸や発声で大切な器官である声帯は、ボイストレーニングすれば鍛えることができます。自ずと声の印象も若々しくなり、歌唱力もアップします。そのための呼吸法や、表情筋、舌筋、声帯周りの筋肉の衰えを防ぐポイントを学び、誤嚥や嚥下機能の改善予防につなげましょう。実践形式でわかりやすいトレーニングです。

○ 講師

T.V.P vocal studio
代表
ボイストレーナー

高橋 寿和 氏



<会場>

ライフスタイル・コンシェルジュ

仙台市青葉区一番町 3-11-8-2F

※会場(2F)にエレベーターはございません

お問い合わせ
フリーダイヤル 0120-417-541

営業時間 10:00 ~ 17:00 (定休日 月曜日)

