

ホリ

を楽しむ講座

オトナの
オシャレ
塾

Powerful Woman パワフル・ウーマン



印象は“色”が決め手!



カラーアドバイザー・生活リズムアドバイザー

岩上 淑子 (いわかみ しゅくこ) カラン コロン 伊達な学び舎 Calan Colon 代表

「健康はおしゃれから」をモットーに、色の持つ意味や効果、装うことの楽しさを伝え、カラフル人生のお手伝いをします。

国際カラーデザイン協会認定カラーアナリスト
日本衣料管理協会認定1級衣料管理士
日本成人病予防協会認定生活リズムアドバイザー

伊達な学び舎

Calan Colon

～カラン コロン～

〒989-6446

大崎市岩出山大学町37-3

TEL : 090-9859-3701

FAX : 0229-72-1659

MAIL : d.calancolon@gmail.com

「心地よい暮らし」のための講座をお届けします

各講座所要時間60分～90分

※各講座とも連続開催がオススメです

カラフル人生を楽しむ

「人生100年時代に備える」

健康寿命を伸ばし、機嫌よく健やかに生きるため、心と体を整えます。

＼ 楽しく・簡単・脳トレ！ ／



利き手と反対の手を使って
脳の活性化

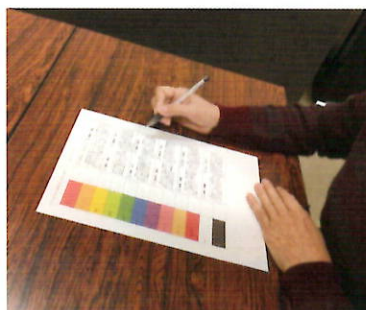


タンパク質は
朝に多く摂ったほうが筋力UP！

装いを楽しむ

「若さと健康はおしゃれから」

印象アップの色使いを知るとおしゃれがより楽しくなります。心弾むときめき色を見つけて生活にプラス！



クイズで楽しく色使いを知る



笑顔が咲く
スカーフ・ストールの巻き方

暮らしを楽しむ

「片付け上手は暮らし上手」

快適な生活への近道は「片付け」です。もったいない精神も大事に再利用についても考えます。



楽しくコラージュ作りで
着ていない服を着るきっかけに



片付け上手は暮らし上手



講師料の基本料金は1時間1万円ですが、参加人数やご予算に応じてご相談の上決めております。
(地域によっては、別途交通費をいただく場合もあります。)
講座の内容も、どうぞお気軽にご相談ください。

有効期限 2022年12月31日