

身体の内側から美しくなりたい女性のために

## 上質な睡眠がもたらす美容効果



世界で最も睡眠時間が短いのが、日本人の40代、50代の女性。  
睡眠不足はホルモンのバランスを崩し、食べすぎるから太るという研究結果も。

ずっと若々しく健康でいたい女性の方に向け、  
睡眠の大切さと手軽に取り入れられる対策法をお伝えします。

**入場  
無料**

日 程 2018年4月20日(金)

時 間 11:00~12:30

会 場 ロフテー枕工房 本店(東京・日本橋)  
サンライズビル B1F 東京都中央区日本橋富沢町11-12

ご予約 <http://www.lofty.co.jp/> ウェブサイトの「睡眠セミナー」バナーをクリック

資料の準備のため、ぜひ事前予約をお願いいたします



講師 長谷川 恵美

\*株式会社 エアウィーヴ 快眠プロデューサー

\*TV局キャスター、外資系出版社やコスメの広告/PRを経て、個性豊かな“睡眠力”に注目。仕事、美容、アンチエイジングなど、欲しい結果を得られる眠りをプロデュースする。

一般社団法人日本睡眠教育機構 上級 睡眠健康指導士

一般社団法人日本睡眠改善協議会 睡眠改善インストラクター 日本睡眠学会 正会員

# 会場地図



## ■ロフTEE枕工房 本店

場所：東京都中央区日本橋富沢町11-12 サンライズビル B1F  
TEL：03-3663-5050

## ■交通機関

JR

- ・総武快速線「馬喰町」駅、西口改札より地下通路で「馬喰横山」駅 A3出口と連結。

都営地下鉄

- ・新宿線「馬喰横山」駅 A3出口より徒歩約3分。
- ・浅草線「東日本橋」駅 A3出口より徒歩約3分。
- ・浅草線「人形町」駅 A4出口より徒歩約5分。

東京メトロ

- ・日比谷線「人形町」駅 A4出口より徒歩約5分。
- ・日比谷線「小伝馬町」駅 1出口より徒歩約5分。



ロフTEEとは、1928年創業、現在エアウィーヴのグループ会社として、「個々に合った質の高い睡眠環境」をテーマに、オーダーメイド枕の製造販売を中心に、「ロフTEE枕工房」をはじめとする売場を展開しています。コンサルティング販売に特化した‘ピローフィッター’という枕と眠りの専門家を育成し、一人ひとりに合った枕選びのお手伝いを提供しています。

ロフTEE株式会社は株式会社エアウィーヴのグループ会社です。