



楽しく暮らそう

株式会社 朝日工務店

# 第1回 健康寿命をのばす 家づくりのお話

## 【当日の内容】

- ★自分と家族の「健康寿命」をのばす、わが家のお住まいづくりのポイント！
- ★ミニ自力整体講座で自分の身体を自分で整え健康寿命をのばしましょう！
- ★美味しい珈琲を飲みながらリラックスしてお聞きくださいね！

# 3月17日(土)

【午前の部】 10時～11時

【午後の部】 15時～16時

**参加費:500円**

会 場:ギャラリーサロン☆朝日  
(朝日工務店事務所2階)

特典①「2名様以上でご参加の方」  
Denimbis～珈琲焙煎とおやつ～の  
季節のドリップパック珈琲をプレゼント！

特典②「先着5名様(ご希望者のみ)」  
お住まいの簡易現況調査無料！  
※屋根・外壁・室内の現況調査など

電話ご連絡先: (ご本人・お友達・その他)		<input type="checkbox"/> 午前の部に参加	<input type="checkbox"/> 午後の部に参加
ご本人お名前		<input type="checkbox"/> ご自宅簡易現況調査を希望	
お友達お名前		<input type="checkbox"/> ご自宅簡易現況調査を希望	

お問い合わせ・お申し込みは

お電話・LINE・HP から

**TEL 049-261-0600**

**FAX 049-264-7722**



楽しく暮らそう

株式会社 朝日工務店

朝日工務店

検索



# お話の内容

## 会場 MAP

住所: ふじみ野市苗間 400-1



- 健康寿命とは？
- あなたの家の中、身体にイイコト・悪いコト。  
☆お住まいの健康診断シートで  
我が家をチェックしてみましょう！
- ヒートショックってなんですか？
- 断熱って大事です。
- 家づくり・お住まいづくりで健康寿命を  
のばすには？
- 【ミニ自力整体講座】  
身体のゆがみやねじれを自分でほぐし  
整え、痛みやコリのない身体づくり。  
自力整体を体験して健康寿命をのばそう！



自力整体の様子です

## 朝日工務店って？



ふじみ野で62年！  
楽しく暮らそう♪がモットーの工務店  
です。今回ふるさとふじみ野で、  
もっともっと一緒に家づくり、  
お住まいづくりのことを  
考えていきたい！年齢に  
かわらずどの世代の人にも  
健康で元気に暮らしていける家をご提案  
していきたい！そう考えて企画いたしました。



美味しいコーヒーを飲みながら、お気軽に家づくり・お住まいづくり、そして自分の身体を自分で整える自力整体の事を学びませんか？もちろん売り込みなんて野暮はいたしませんので、安心してご参加くださいね。お申込みお待ちしております。



朝日工務店が楽しく暮らせる住まいづくりをお手伝いいたします！



楽しく暮らそう♪

株式会社 朝日工務店

TEL 049-261-0600

FAX 049-264-7722

朝日工務店

検索

ふじみ野市苗間400-1

