

【講師プロフィール】

日好清子



- ・高津文美子式顔ヨガアドバンスインストラクター（顔ヨガ開始は 63 歳）
- ・小顔レスキュー認定講師
- ・日本接遇教育協会 接遇インストラクター
- ・J-yoga 認定ヨガインストラクター
- ・チェアヨガインストラクター
- ・元銀行員・元ケアマネジャー

銀行で 8 年勤務、結婚後 NY に 7 年滞在。30 代半ばで帰国。

40 代半ばから 66 歳まで介護業界に従事。このうちケアマネジャー歴 13 年後、2022 年 5 月退職。

ケアマネジャーをしながら 60 歳で体のヨガ、椅子ヨガ、接遇インストラクターの資格を取得。

公民館や高齢者施設などでヨガや椅子ヨガのレッスン、病院や介護施設などからのご依頼で接遇研修も行い、忙しいながらも充実した毎日を送る。

しかし、体は元気なのに顔の老化に悩む毎日。この悩みを何とかしたいと思い、自分のために 63 歳で顔ヨガインストラクター養成講座を受講。

はじめはなかなか変化を感じずに落ち込みこともありましたが、これは長年の表情グセのせいだと気がつき、人と比べず以前の自分と比べようと思い直し、コツコツ続けていくと

5 ヶ月後には明らかに変化を感じるようになりました。

自分自身が変化を実感した顔ヨガの素晴らしさを、多くの方に伝えたいと思い、2020 年 9 月、学びのプラットフォームのストアカ（ストリートアカデミー）デビュー。

顔ヨガは主にオンラインでレッスンを行っています。

また、月額サービス（オンラインサロン）には約 75 人のメンバー様がいらっしゃって、楽しくレッスンを受けてくださっています。

また、接遇研修も時々、介護施設などからのご依頼で登壇させていただいています。

◆ 関連 URL

- ・ストアカ ページ

https://www.street-academy.com/teachers/459119?conversion_name=direct_message&tracking_code=58b1a8d5430ab28007b88caf15ab37e9

- ・Instagram アカウント

https://www.instagram.com/kiyo_kogao/