

笑顔づくりで健康に

サントハウス 弘前公園 柳谷さん(青森出身)講座

弘前豊徳会が運営する弘前市のサービスキ高齡者向け住宅サンタハウス弘前公園で29日、2017年ミセス日本グランプリ全日本40代ファイナリストで、ドレスデザイナーの柳谷理花さん(50)青森市出身による、笑顔づくりを通じた健康講座が開かれた。

仙台市在住の柳谷さんは、アクティブシニアの居住環境モデルとして同施設が弘前市の委託で受け入れている。



お試し居住で来弘した柳谷さん。自身の経験を生かし、ボランティアで健康講座を行った

る、県外在住者対象の無料「お試し居住」の今年度第1号利用者とアでお礼がしたいところ

の日、市民らを対象に講座を開いた。柳谷さんは、プロ野球東北楽天ゴールデンイーグルスのチアリーダー2期生など多彩な経歴の持ち主。「いろんなものにチャレンジする中で、大事にしていたのが笑顔。笑顔でいると、いい循環が生まれる」とし、表情筋のエクササイズやマッサージの方法などを説明。「家庭の中でも、

少しでも笑顔で家族を迎えて」と呼び掛けた。

同日で2泊3日のお試し居住を終え、柳谷さんは「岩木山、お城が見え、街がすぐそばにあって本当に環境がいい。また来たい」と笑顔を見せた。

お試し居住は今年度15組を受け入れる。問い合わせは、同施設(☎0172-887707)へ。(西尾瑛)