

Beauty Science Seminar
ビューティサイエンスセミナー(オンライン)

睡眠の美容科学

最新の睡眠科学と睡眠と美容の関係を解説

国際的にみて日本人は睡眠時間が短く足りていないと言われ続けています。また数多くの睡眠方法に関する書籍やネット情報もあり正しい睡眠の情報について判別を付けることが難しいと思っています。私は30～50代を約3時間睡眠、60代は4時間半、70代に入ってから6時間です。これで問題は無いかわかりませんが、そこで睡眠の最新研究の知見も取り入れ、睡眠と美容の関係も含めて考察し、解りやすく解説します。

セミナー内容

- 睡眠の基本知識
- 最新の睡眠科学研究
- 睡眠コンセプトの化粧品など
- 課題と今後の展望

2025年
9月16日(火)
19:00～21:00
(オンライン参加18:50～)

Z o o mにて開きます
開催日前日までに
参加URLや資料をメールで
連絡します。

参加費：5,000円
(振り込み)

オンラインセミナーの参加費の振込先は折り返しメールを出します。



講師紹介

ビューティサイエンティスト 岡部美代治

コーサー研究所を経て、アルピオンにて商品開発、マーケティング等を担当し、2008年独立。

現在は美容コンサルタントとして活動。商品開発アドバイス、美容教育アドバイスなどを行う他、講演や雑誌取材なども多い。

化粧品の基礎から製品化まで研究してきた多くの経験をもとに、スキンケアを中心とした美容全般を解りやすく解説し、

正しい美容情報を発信している。VOCE 8月号、マキア 8月号、家庭画報 9号 掲載中。

お申し込み方法

ビューティサイエンスの庭 サイト www.beautysci.jp セミナー開催情報よりお申し込みください。