



TSUKIHANA
PROMOTION

株式会社ツキハナ

〒604-8162 京都市中京区七観音町623第11長谷ビル2F
Tel&Fax : 075-251-0087 Mail : info@tsuki87.com

業務提携アーティスト - プロフィール

名前: **己抄呼 ~Misako~** (みさこ)
健康アーティスト・コメンテーター・タレント(文化人)

生年月日: 1958年12月24日

出身地: 大阪市

資格など: THD, Japan 日本総合健康指導協会(最高指導責任者)
株式会社キッズ・カンパニー(専務取締役)
姿勢・姿勢研究協議会(指導顧問)
タイ国Watpo Traditional Medical Massage School卒業
温泉利用指導者(厚生労働省認定)
AFAA CE国際プロバイダー



全国の企業、自治体、医療関係機関などでの健康講演セミナー、イベントレッスン、トークショーなどをこなす傍ら、トップアスリートのボディケア、プロの健康指導者の育成を行う。
現在では全国50万人以上が受講する「肋骨エクササイズ KaQiLa ~カキラ~」が大人気。



〈現在のテレビ出演〉

NHK「ぐるっと関西おひるまえ」

〈過去の主なテレビ出演〉

ABC「おはよう朝日です」・YTV「あさパラ!」「ミヤネ屋」「なるトモ!」

ほか出演多数

〈主な著書〉

「健康なカラダをつくる 水泳のポイント ~ゆったり長く泳ぐ~」(メイツUC)

「10万人の体の痛みをついに治した!肋骨メソッド」(SBクリエイティブ)

「奇跡のろっ骨エクササイズ KaQiLa ~カキラ~」(主婦と生活社)

「くびれスッキリ!ろっ骨エクササイズ」(SBクリエイティブ社)

「もっと楽しく!ゆったり長く泳げるコツ50」山海堂(監修) ほか掲載多数

●1975年~

夙川学院高等学校・体育科に入学。水泳部に所属し、全国高校総合選手権大会(インターハイ)水泳自由形3年連続出場。当時、競泳の強豪選手を数多く輩出していた中百舌鳥スイミング(ダイエーレジヤランド)に水泳コーチとして入社。

●1995年~

スイミングスクール、スポーツクラブの支配人を経て、株式会社キッズ・カンパニーを現・代表取締役 杉野裕一氏と共に設立。スポーツエクササイズ・デザイナーとして活動。
アクアエクササイズ「ふみふみアクア」、2000年に「卓球EX!」、2005年には「己抄呼 ~Misako~ の笑う体操!」を考案。

●2009年~

「ろっ骨エクササイズ・KaQiLa ~カキラ~」を考案。これは、1996年に甲状腺腫瘍の手術で甲状腺がなくなったことにより、自身の自律機能では代謝が上がらないため、甲状腺ホルモン剤を一生飲み続けなければいけないことになった経験から誕生した健康法。手術後5,6年間は、突然倒れてしまうこともあった中で、自身の身体や心のメンテナンスをし、また、運動の苦手な方、身体の硬い方、身体の障害等に悩む方、そして、肩こり、腰痛、冷え症、むくみなど、日常生活の不定愁訴症状に悩む方々など、どんな人にでも喜ばれる健康法はないかと研究を続け、2009年に「ろっ骨を動かす」という新しい概念に着目、完成・発表した。「介護予防かきら」を発表。同KaQiLa ~カキラ~ が病気と共に生きてきた彼女自身の健康をも支えている。