

インディバ®で

身体の内側から

自然な若返りを

ご挨拶

代表取締役社長 小野 智子

ダイエット情報 - 基礎の基礎

肥満治療担当顧問 小野村 健太郎

3月沖縄セミナーご案内

4月オンラインセミナー案内

初級:INDIBA ACTIV基礎理論

BWJ2026出展案内

スポーツ&リハビリテーション 講習案内

4月定例セミナー案内

背中のハミ肉撃退メソッド

INDIBA®

万人に共通した願い
「健康」

News

いつもありがとうございます。
2026年、第1回目のインディバ
ニュースをお届け致します。
毎回楽しみにして頂けるように様々な
情報をお届けしたいと思っておりますので、
今年も宜しくお願い致します。

INDIBA®

News

万人に共通した願い
「健康」

今年にはスポーツ&リハビリテーション(旧称:アクティブ)のオンラインセミナーを再開致します。基礎編から応用へ併用まで、3回に亘ってお届けする予定となっております。第1回目のセミナー案内も掲載しております。

昨年は「筆頭医療顧問 鈴木形成外科小児科 院長 鈴木晴恵先生」のコラムをお届け致しましたが、今年は「医療顧問 医療法人おのむら 医院 院長・理事長 小野村健太郎先生」にお願いしております。ダイエットや癌・髪の毛の話など大変興味深い連載となります。是非最後までお読み頂ければ幸いです。

さて、つい先日新年の門出を祝い、お正月休みを満喫したばかりと思っておりましたが、気づいたら2月も終わりが近づいております。

早いですね。

新しい年に希望を抱き今年の目標を立てたり心願成就を願い初詣に行ったり・・・みなさまは今年どんな願い事をされましたか!?

1人1人願い事は様々だと思いますが、年齢・性別・国籍問わずいつの時代にも共通する思いは「健康」ではないでしょうか。



若いとき元気な時は「健康」は当たり前であり、誰の身にも平等に与えられるもの・・・

一生続くものと錯覚してしまいがちですが、残念ながらそうではありません。

人生100年時代、高齢化社会の真っ只中にいる私達は、少しでも長く社会の一員として活躍し、自立した老後を過ごせる事がとても重要な課題です。その為に万人に共通した願いが「健康」です。「健康」なくして自立も幸福ありません。逆を言えば「健康な身体」と「健全な精神」があれば、いろいろな事に挑戦したり人生を豊かにする事が可能になるのです。

みなさまのご施設では、美容・医療・治療など様々な目的でインディバ®をお役立て頂いておりますが、0.448MHzと特殊回路の組み合わせによるインディバ®の電流作用と深部加温は、予防や健康のお手伝いができ、一度にたくさんの相乗効果もご提供できる健康器具だと私は思っています。

健康の基本は食事・運動・睡眠である事は間違いありませんが、忙しい現代社会に於いて、どんなに頑張っても不足する部分を、インディバ®を使って大切なお身体をサポートして頂きたいと切に願います。





健康第一とは言いますが、やはり人間は欲のある生き物です。永遠の若さと美貌を手に入れたい、これ以上老けたくない、10年、20年前に戻れたら・・・と願うのは当然の事です。健康な身体と共に美しい素肌、若見えする顔立ちも手に入れたいですね。素肌にとっても血流や自律神経のバランスはとても重要なポイント。**外側から与えるだけでなくインディバ®で身体の内側から自然な若返りを目指しましょう。**インディバ®単体も良し、美容医療や他の施術との併用も良し。たくさんの可能性を秘めた宝箱インディバ®を、今まで以上に皆様の現場でフルに活用させてください。



ところでみなさまは、日頃ご自身のケアをされていますか!?
お話を伺うと意外とご自分の事はほったらかしという方がいらっしゃいます。
私はよく、**10分でもいいのでインディバ®して!!**とみなさまにお話しします。
お客様にサービスをご提供するように60分・90分やらなくてはと思うとなかなかできませんが、無理のない範囲で週に1回でも、短時間でも自分の為にインディバ®をしてください。きっとご自身の身体の変化に気づきます。そしてこれはお商売にとってもとても重要な事です。ご自身の体感をもとにお客様にお話しできる事が増えますし、自分も健康になれます。まだまだ厳しい寒さが続きますので、お仕事終わりに10分お腹にRESをあててみたら帰り道楽ですよ!できる事からコツコツと是非やってみてください。

今年も1年インディバ®ファミリーの皆様が健康で楽しく過ごせますように。
代表取締役社長 小野 智子

01
フェイク情報にご用心

ダイエット外来の初診の方から、いきなり「マンジャロを処方してほしい」と相談されることがあります。マンジャロは、比較的重症の2型糖尿病の人のための治療薬で、糖尿病ではない人が単に美容的なダイエット目的で使うととんでもない結果になる可能性もあります。この薬は、週1回の注射薬で、GIPとGLP1と言うホルモンに作用することで、食欲が抑えられ、満腹感が持続するために大きなダイエット効果を得ることができます。しかし、副作用も少なくありません。人にもよりますが、強い吐き気が出て倦怠感がつづくことも珍しくありません。一番こわいのは、急性膵炎です。この薬の作用で、膵臓からのインスリンの分泌を促すんですね。この際、膵臓にかなりの負担がかかるために、膵臓が疲弊してしまつて膵炎になる可能性があると言われていています。背部痛を伴う腹痛が出たら専門医の対応が必要ですよ。

最近では、「マンジャロは、むしろ膵炎の可能性を下げる」と言う論文も紹介されていますが、少なくとも、「糖尿病ではない人の美容目的のマンジャロ投与は安全ではない」と考えた方がいいと思います。また、随分前になりますが、「必ずやせる漢方薬」がネットで話題になったことがあります。体調をこわした人も多くいて、調べたら、甲状腺ホルモンが入っていることが分かったんですね。「必ずやせる」薬やサプリには注意が必要です。

02
変わる「太る理由、やせる理由」

僕が医者になった40年前には、太る理由は単に「食べ過ぎ」でした。食べたカロリーが消費するカロリーより多いと残ったカロリーが脂肪として蓄積されると言う考え方です。「カロリーこそが肥満」とする理論で、エネルギー・バランス・モデル(EBM)と呼ばれました。脂肪分が少なく炭水化物が多めの食事が推奨されたんですね。1970年から80年代に、この理論が主流となって、公衆衛生のさまざまなキャンペーンが展開されたために、肥満が増えたと科学ジャーナリストの多くが2000年代に入って、炭水化物・インスリン・モデル(CIM)を提唱し、とくに2010年代以降、「炭水化物を減らすこそがダイエットの基本」だと主張するようになります。「炭水化物(糖質)をとることで血糖値があがる、するとインスリンが分泌される、インスリンが処理し切れなかった糖を脂肪に変え、脂肪が脂肪細胞に蓄積されて太る」と言う考え方です。

03
アトキンスダイエット

炭水化物を減らすダイエットとしてさまざまな方法が提案されていますが、その代表的なものがアトキンスダイエットです。導入期には、パン類、めん類、いも類、ご飯などを大幅にカットして20g程度にします。肉や魚、バター、チーズなどは、無制限に食べていいと言うのが売りで、アメリカでは一世を風靡しました。炭水化物を制限することで、体重減少や血糖コントロールに著明な効果がありますが、自己流だと栄養の片寄りに伴うさまざまな副作用が出る可能性があります。専門医や栄養士のアドバイスが不可欠です。「EBMかCIMか」は、一時どちらが正しいかで激しい議論になりましたが、現在では、「適度なカロリーで、炭水化物をほどほどに」と言う考え方が一般的になっています。

04
GIとGL

GI(グリセミック・インデックス)は、どのくらい早く糖が吸収されやすいかの目安の数字です。同じ炭水化物でも、吸収されやすい粉の小麦粉でできたものと、粒のままのご飯では吸収のされ方が違うんですね。一時、「ごはんを食べてやせるダイエット」が流行したことがあるのですが、これは、このGIに着目したものです。最近では、GL(グリセミック・ロード)と言う考え方も注目されています。時間あたりに吸収される糖の量を実際に食べる量に換算したものです。すいかは、GI値は高いのですが、炭水化物の量は少ないため、GLは、ほどほどになります。



profile
小野村 健太郎

- ★ 医療法人おのむら医院 院長・理事長
- ★ 元北九州市立大学大学院 マネジメント研究科特任教授
- ★ インディバ創業時から肥満治療担当顧問

1992年開業時から「CTによる内臓脂肪型肥満の診断」に基づくダイエット外来を立ち上げ、日経新聞を中心に多くの健康雑誌で注目された。2004年発売の「夜だけゼリーダイエット」では、最新の肥満治療情報を紹介、ベストセラーに。続編の「食前デザートダイエット」は、画期的なダイエット法として多くのワイドショーなどで紹介された。

西洋医療のみでの日常診療に限界を感じ、補完代替医療としてアロマセラピーを採用。日本アロマセラピー学会を立ち上げ、2007年の総会では会長。「福岡宣言」で、医療における正しいアロマセラピーの用い方を提案した。

また、「医療における患者満足」について医療マネジメントの立場から発言をつづけており、北九州市立大学大学院マネジメント研究科特任教授として研究・教育を担当した。1998年から毎日新聞西部本社版に「患者塾」を連載、NHKラジオでは、医療コーナーのレギュラー・コメンテーターを担当している。

(「患者塾、毎日新聞」で検索して記事を読めます。また、NHK「らじるらじる」で聴き逃し分として全国で聴くことができます)



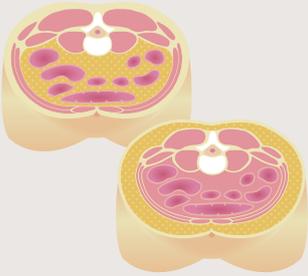
BMAL1

BMAL1は、脂肪の蓄積を促進する酵素を増やす働きをする時計遺伝子と呼ばれるタンパク質です。生活リズムを調整する働きがあります。ダイエット的には、このBMAL1の存在で、夜遅くに食べることで、めちゃくちゃ太りやすくなります。夜10時から夜中の2時くらいに炭水化物をとると、絶望的に太ってしまいます。お酒を飲んで、最後にラーメンで締めると、太ってしまうのは、このBMAL1の働きのためなんです。午後2時から3時くらいにこのBMAL1は、一番作用が穏やかになると言われています。



皮下脂肪と内臓脂肪

内臓脂肪は、さまざまな生活習慣病の原因になると言われています。おへその部分でおなかを輪切りにしたCT像で、100平方センチを越えると内臓脂肪型肥満です。皮下脂肪は、それほど害のない脂肪と言われてきましたが、人によっては、不妊の原因になる可能性があるとも言われています。やせやすいのは、どちらかと言うと、圧倒的に内臓脂肪型肥満の方がやせやすいです。内臓脂肪は腸間膜にくっついていて、排水口としての血管につながっているため、脂肪が排泄されやすいためです。**内臓脂肪型肥満だと比較的早くやせますが、皮下脂肪型肥満では、がまんのダイエットになります。**診断には、CT像によるチェックが必要ですが、大体のところは、市販の体脂肪計でも知ることができます。



結局どうしたらいい?

早くやせたいのなら、炭水化物がゼロに近い食事をするのが一番です。ある程度の運動も必要ですが、脂肪を減らすためには、炭水化物を減らすだけで十分なようです。しかし、アトキンスダイエットに見られるように、どうしても栄養が片寄ってしまう副作用が出てしまいます。また、炭水化物を極端に減らすことで、「幸せホルモン」のひとつセロトニンが減ってしまうために、イライラしたりうつっぽくなるなどの副作用に悩むこととなります。さらに、一気にやせることで、ホメオスターシス(恒常性の維持)が働いて、太るホルモンが増えてやせるホルモンが減って、太りやすい体になってしまう可能性があります。「ほどほどに」が大切なようです。**朝ごはんと昼ごはんを炭水化物をほどほどにとって、夜は可能な範囲で炭水化物を減らすのがいいかも知れません。**また、加工食品を多くとるとがんになりやすくなるなどの問題がありますから、できるだけ自然なままの食事をお勧めします。

それでも太る

理想的な食生活をして、太ってしまうことがあります。その場合、基礎代謝が下がっている可能性があります。基礎代謝とは、安静な状態で生命を維持するために使う最低限のエネルギーのことを言います。1日に使われるエネルギーの6割から7割程度と言われ、睡眠中にも消費されます。筋肉が多いほど基礎代謝は高くなります。加齢とともに筋肉は減りますから、更年期前後からどうしてもやせにくく太りやすい体質になってしまいます。その変化をカバーしてくれるのが「**深部体温をあげる**こと」です。さまざまな方法が試みられていますが、**表面からではなく、体の中から温めることが重要**です。人参湯などの漢方も有用ですが、やはりインディバをしのごう方法はないように思います。

最後に一言、異所性脂肪

脂肪細胞の数は、ほぼ決まっています。一気に食べ過ぎると、脂肪細胞に脂肪が入り切れなくなるのが分かって来ました。すると、肝臓や心臓や脾臓などふだんはたまらないところに脂肪が集まってしまうんですね。これを「異所性脂肪」と呼んでいます。この異所性脂肪の影響で肝臓では脂肪肝になり、2割近い人が肝硬変になり、肝臓がんになる可能性があると言われています。心臓では、異所性脂肪の影響で、心筋梗塞になりやすくなるんですね。**急に太った時は、炭水化物を減らすだけでなく、ふだんより少しだけ余計に歩くこと**で、この異所性脂肪は、取り除かれるんだそうです。急に太った時には、注意してください。



インディバファミリーの皆さまには、コンペンションで、ダイエットをテーマに何度かお話をしましたね。「最新の情報を医療従事者でない者にも分かるように話してもらい、仕事にも大いに役立っている」と多くの方からうれしい反響をいただきました。今回は、ダイエット以外にも、私が関係しているさまざまなことについて、コーヒーでも飲みながらお話する雰囲気でもコラムしてみようと思っています。テーマは、右記の予定です。

第1回 ダイエット情報 - 基礎の基礎

ダイエットについては、今も、間違った危険な情報が氾濫しています。基礎の基礎の知っておいて欲しいポイントを情報提供します。

第2回 がんを早く見つける

早く見つけさえすれば、多くのがんは、「治す」ことができます。当院での肺がんの超早期発見の試みを例に、見つけ方のコツを紹介します。

第3回 髪が抜ける、髪が痛む

「抜け毛が目立つ」と言う症状で思わぬ病気が見つかることがあります。髪が絶望的に痛む「水蒸気爆発」についても詳しく解説。

第4回 香りの医療

アロマセラピーは、補完代替医療です。「補完代替医療」とは何かを解説し、アロマセラピーの美容と医療における正しい使い方を提案します。

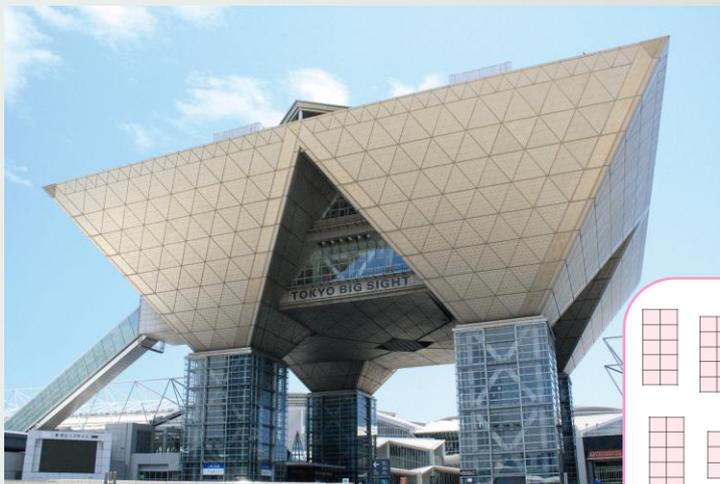
第5回 ホスピタリティーの落とし穴

美容や医療の分野で、「ホスピタリティー」の重要性が強調されています。ニコニコして愛想よく対応するだけが「ホスピタリティー」ではありません。一緒に考えましょう。

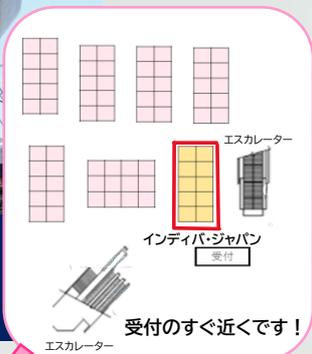
第6回 インディバに期待する

30年の間に、インディバは大きな進歩を遂げました。さらに大きな進歩を遂げる可能性を期待しています。インディバのこれからをファミリーとしていっしょに考えましょう。

2026年 ビューティーワールド・ジャパン TOKYOに今年も出展します！



会期:2026年5月18日-20日
 会場:東京ビッグサイト
 出展場所:西1-2ホール アトリウム003



今年の「ビューティーワールド・ジャパン東京」は西・南ホールで開催されます！！
 インディバ・ジャパンのブースは【アトリウム003】です。
 会場では施術のデモンストレーションを行っております。
 体験も承っておりますので、この機会にお買い替え、増台などお気軽にご相談ください。

MAIL indiba_sales@indiba.co.jp 【インディバ・ジャパン営業部】

beautyworld
 JAPAN TOKYO

ご来場していただくには「事前登録」が必要です。ご来場からスムーズにイベントをお楽しみいただくために、予めWebより、ご登録をお願いいたします。ぜひご来場ください！
 ※事前登録の受付開始は3月下旬から開始。

ご来場の事前登録はこちらのQRコードから！



INDIBA®デモンストレーション

	日程	A	B
①	5月18日(月)	10:00~14:00	14:00~17:30
②	5月19日(火)	10:00~14:00	14:00~17:30
③	5月20日(水)	10:00~14:00	14:00~16:30

モデル募集！

- 会期:2026年5月18日(月)-20日(水)
- 時間:10:00-18:00(最終日は16:30まで)
- 会場:東京ビッグサイト
- 募集内容:右記表の時間帯でモデルができる方



モデル参加条件

- ボディ、フェイシャル問わずモデル可能な方 ④施術部位は選べません(フェイシャルはノーメイクとなります、ボディは水着着用です)
- 性別は問いません(男性の方もOK)
- 3月、または4月中旬にインディバ・ジャパン東京本社にてお打ち合わせ可能な方

モデルにご協力いただいた方には

IJ Placenシリーズをプレゼント！

大好評

IJクレンジングゲル200g ¥5,830 / IJプラセンウォッシュ90g ¥3,300 / IJプラセンセラム6mL×5 ¥22,000
 IJプラセンローション100mL ¥8,800 / IJプラセンクリーム35g ¥13,200

※商品はBWJ終了後に発送いたします。

応募方法

下記の必須項目をご記入の上、インディバ・ジャパン教育部までメールでお知らせください。

- [1]インディバ@導入施設オーナー様、またはスタッフ様は「ご施設名」をご記入ください。インディバ@導入施設以外の方は、「一般」とご記入ください。
- [2]モデルの「希望日①~③」と「希望時間AかB」を選んでください。
- [3]身長と服のサイズ 【4】性別 【5】年齢 【6】メールアドレス 【7】電話番号

<記入例>

- [1]施設名: 株式会社インディバ・ジャパン(インディバ 花子)
- [2]モデルの希望日: ① 希望時間: A
- [3]身長: 158cm 服のサイズ: M 【4】性別: 女 【5】年齢: 40歳
- [6]メールアドレス: jitsugi-tokyo@indiba.co.jp 【7】電話番号: 03-5768-8871

MAIL jitsugi-tokyo@indiba.co.jp

こちらのQRコードからでもご連絡いただけます。



<宛先>
 インディバ・ジャパン教育部

メールを頂きましたら、順番にご連絡をさせていただきます。モデルが決まり次第、募集終了となります。デモンストレーションのため、内容によってはご参加いただけない場合もございますので、あらかじめご了承くださいませ。

2026年4月 有資格者対象

ONLINE SEMINAR

初級：INDIBA® ACTIV基礎理論

開催日時

2026年最初のオンラインセミナーは「基礎理論編」です。

4月24日(金)
13:30～14:15

- ・INDIBA®の基礎を復習・見直したい
- ・INDIBA®の説明がうまくできない
- ・でもなかなか時間が作れない・遠方で参加しにくい…

そんなお悩みを、ZOOMによるオンラインセミナーで解消いたします！
皆様のご参加をお待ちしております。

セミナー概要

- INDIBA®とは
- INDIBA®の基礎理論から
● エレクトロードの特性
- 他の機器との違い
- INDIBA®と他の物理療法機器
● どう違うのか？
- 施術の際のポイント
- 効果を出すために大事な
● ポイントのご紹介

お申し込み方法

STEP 1

下記のQRコードを
読み取る



STEP 2

スポーツ&リハビリテーション
講習カレンダーから
オンラインセミナーを
クリック



STEP 3

予約フォームに
必須事項を入力する



STEP 4

受付完了！

後日セミナー参加に
必要なURLをメール
にてお送りします。

申込時の注意

HCR機種導入施設で有資格者の方が対象です。

本セミナーはフォローアップ講習になります。**INDIBA®講習単位には含まれませんのでご了承ください。**

(単位取得希望の方は通常講習にご参加下さい)

- ・スポーツ&リハビリテーション講習 全会場のカレンダーからお申し込みできます。
- ・参加申し込み受付後、インディバ・ジャパンからメールにて受付完了のご連絡を致します。必ずご確認ください。
- ・参加申し込みがあった方のみ、セミナー入室時に必要なURLを開催日前日までにメールにてご連絡致します。
- ・セミナー開始時間の5分前になりましたら、ログインして頂いてのご参加の協力をお願い致します。

【聴講方法】ZOOMオンライン：オンライン講習参加URLより、PCまたはモバイル端末で参加可能

【参加対象】INDIBA® ACTIV会員 ※有資格者(柔道整復師・鍼灸師など)のみ参加可能です。申込時に任意欄へ記載をお願い致します。

【締め切り】2024年3月24日(火)16:00 ※締め切り後は予約フォームを閉鎖致します。ご了承ください。

【注意事項】オンライン講習参加者でない方とのID・パスワードの共有はおやめください。

本セミナーはINDIBA®ユーザー様向けです。同業他社・販売店様のご参加はご遠慮ください。

③ご確認ください！

セミナーのご参加は、INDIBA® ACTIV会員に入られていることが条件となります。会員かどうかわからない方は、担当営業までご確認ください。

INDIBA® ACTIV会員：入会金20,000円 年会費10,000円 (いずれも税別)

(会員規定や詳細については、インディバ・ジャパン営業部までご連絡ください)

株式会社インディバ・ジャパン東京本社

〒152-0003 東京都目黒区碑文谷5丁目15番1号

INDIBA®
revitalizing lives

2026年3月

沖縄セミナーのご案内

貴社ますますご繁栄のこととお喜び申し上げます。
さて、2026年3月、株式会社インディバ・ジャパン沖縄セミナーを開催のご案内です。
今回のテーマは【美肌の原点】です。

スキンケアアイテムの基本的な理解と共に、インディバ®との併用による相乗効果をご提案いたします。
肌タイプの見極めやアプローチ方法など、カウンセリングや日々のケアにもお役立ていただける内容です
また、遠方で講習になかなか参加できない方や、技術の見直しをしたい方など、この機会にぜひご参加ください。
沖縄セミナーを行うことで少しでも多くのユーザー様にインディバの知識や技術の向上のお役に立てればと思います。

是非この機会にご参加ください。皆様のご参加をお待ちしております。



IJプラセンシリーズ
「クレンジングゲル」が仲間入りしました♪

1日目 3月26日(木)

美肌の原点

～もう一度、肌を見直そう～

.....

時間:14:00～17:00
(受付時間 13:45～)

2日目 3月27日(金)

実技講習会

(フォローアップ講習)

.....

時間:10:30～15:30
(受付時間 9:45～)
※昼食休憩あり

開催会場ご案内

【会場】 男女共同参画センター ているる



住所: 〒900-0036 沖縄県那覇市西3-11-1
会場: 男女共同参画センター ているる 3F(研修室1.2)
定員: 20名
当日のご連絡先: 080-4172-6785 担当: 持永



お申し込み方法

- ①下記の必要事項をご記入の上、メールにてお申込みください。
- ②メールが届き次第、確認のご連絡をさせていただきます。

- ・ご施設名
- ・参加者氏名
- ・お電話番号
- ・メールアドレス
- ・ご参加日
3月26日(木)／3月27日(金)



お申込みはこちらから

mail : jitsugi-fukuoka@indiba.co.jp

背中のハミ肉撃退メソッド



時下、ますますご清栄のこととお慶び申し上げます。2026年4月の定例セミナーのご案内です。春になり、Tシャツや薄手のトップスを着る機会が増えると、背中や脇のハミ肉が気になる方も多いのではないのでしょうか。そこで今回は、「背中のハミ肉撃退メソッド」をテーマに、美しい背中を手に入れるためのインディバメニューをご提案させていただきます。皆様のご参加をお待ちしております。

東京本社



4月8日(水)

14:00~17:00

定員：40名

大阪営業所



4月16日(木)

14:00~17:00

定員：30名

福岡営業所



4月15日(水)

14:00~17:00

定員：30名

お申し込み方法

STEP 1

会場ごとの
QRコードを読み取る



STEP 2

カレンダーから
定例セミナーをクリック



STEP 3

予約フォームに
必須事項を入力する



!



.....
クリックできない場合

定例セミナーは
満員となっております。
大変申し訳ありませんが、
ご了承ください。

Ⓜご確認下さい！

定例セミナーのご参加は、インディバ®会員に入られていることが条件となります。会員かどうか分からない方は、担当営業までご確認ください。
インディバ®会員：入会金20,000円 年会費10,000円 (いずれも税別)(会員規定や詳細については、インディバ・ジャパン営業部までご連絡ください)

INDIBA®講習のご案内

《基礎講習を受講される皆様へ》

基礎講習受講前に機器説明動画を必ず視聴してから受講ください。

(機種ごとに動画内容が異なりますので、ご自身のご施設でご使用されている機種の動画をご覧ください)

※2023年7月18日以降は、講習内で機械の操作方法の説明はございません。

※動画の再生時間は機種によって異なりますが、概ね35分前後となります。

機械操作方法の動画は以下のURLをクリックし、パスワードの入力をお願い致します。

<https://indiba.jp/1/koshu/>

パスワード : indibakiso (コピーペーストでの入力をお勧め致します)

《講習のご予約について》

- ◆ 講習のご予約は、弊社ホームページの“Seminar”からご予約をお願い致します。
- ◆ **ご予約は、お一人様一回までとなっております、まとめて複数回のご予約はお取りすることが出来ませんのでご了承ください。**
- ◆ 男性は、男性専用フォームよりご予約をお取りください。
- ◆ キャンセルをされる場合は、キャンセル専用フォームよりご連絡ください。
- ◆ ご予約変更の場合は、一度キャンセルをしていただき、改めてお申し込みください。

各講習の
お申し込み
はこちらへ



《講習内容について》

■ 基礎講習

基礎理論、自己練習を中心にインディバ®の幅広い有用性と有効性をしっかり学んでいただける講習です。
インディバ®機器を使用する方は必ずご参加ください。基礎講習を受講後に以下の講習にご参加いただけます。

■ オールRES講習

インディバ®の最大の特徴でもある深部加温をしっかりと学んでいただける講習です。
深部加温の理論説明から施術方法をマスターすることができます。RESを動かしながら行う講習です。



■ CAP上半身講習 / CAP下半身講習 (※それぞれ別日で行っています)

浅層部に作用するCAPモードの特徴を活かし、浅層の筋肉や脂肪、セルライトへのアプローチ法を学べる講習です。
①上半身(前面/後面)と②下半身(前面/後面)に分けて、練習を行っています。



■ フェイシャル講習 (2025年2月~)

2025年2月より「インディバ®フェイシャル講習」の内容が変更となります。
従来の「フェイシャル基礎」と「フェイシャルオプション」の2つの講習を統合しました。
機器導入時のセット部品を使用した基本メニューで、リフトアップやしわ、美肌を目的に行う講習です。
またオプション部品の頭皮用CAPで頭皮ケアやコニカルまたはキャンディーを使用して、お顔の細かな箇所の施術を学べる講習となっています。



■ 定例セミナー

新メニューのご提案、知識の向上を目指しているユーザー様にお勧めのスキルアップセミナーです。
インストラクターによるメニュー提案、施術説明に加えて、施術のデモンストレーションをご覧ください。セミナーです。
【開催月】2月、4月、6月、8月、10月、12月

《講習時間について》

【開始時間】 11時~

【終了時間】 14時30分~15時(講習内容や参加人数によって多少前後します)

Ⓢ遅刻の場合は見学となりますのでご了承ください。

INDIBA・JAPANからのお願い

INDIBA・JAPANで行っている実技講習は、インディバ®をご愛用頂いている皆様のスキルアップを目的に無料で行っている講習になります。
長くインディバ®をご使用いただいている方も初めて講習にご参加される方もいます。
安全に気持ち良く講習を受講して頂くためにも、下記の内容に注意して受講してください。
また、練習中のトラブルにおいては、責任を負いかねますのでご注意ください。



- ◆ 体調の悪い時は、講習への参加は控えましょう(見学可)。また、状態によってはお断りさせていただく場合がございます。
- ◆ 各ワクチン接種されるお客様は、接種前中3日間、接種後4日間は講習へのご参加はお控えください。
- ◆ 講習中にモデルになる場合、不快感や違和感などを感じたらすぐに施術者に伝えてください。
- ◆ 汚れても良い服装と動きやすい靴でご参加ください。(ヒールの靴でのご参加はお控えください)

INDIBA®
revitalizing lives

東京会場

< 前月

2026 03 3月

次月 >

日	月	火	水	木	金	土
1	2 オールRES	3 フェイシャル	4 CAP①(上半身)	5 基礎講習	6	7
8	9 フェイシャル	10 CAP②(下半身)	11 基礎講習	12 オールRES	13 CAP①(上半身)	14
15	16 基礎講習	17 オールRES	18 フェイシャル	19 CAP②(下半身)	20	21
22	23 CAP①(上半身)	24 基礎講習	25 オールRES	26 フェイシャル	27 基礎講習	28
29	30 オールRES	31 フェイシャル	1 基礎講習	2 CAP②(下半身)	3	4

< 前月

2026 04 4月

次月 >

日	月	火	水	木	金	土
29	30 オールRES	31 フェイシャル	1 基礎講習	2 CAP②(下半身)	3	4
5	6 基礎講習	7 CAP①(上半身)	8 定例セミナー	9 フェイシャル	10 オールRES	11
12	13 フェイシャル	14 基礎講習	15 オールRES	16 CAP②(下半身)	17 フェイシャル	18
19	20 オールRES	21 フェイシャル	22 CAP①(上半身)	23 オールRES	24 基礎講習	25
26	27 CAP②(下半身)	28 オールRES	29	30 基礎講習	1	2

大阪会場

< 前月

2026 03 3月

次月 >

日	月	火	水	木	金	土
1	2 オールRES	3 フェイシャル	4 CAP①(上半身)	5 基礎講習	6	7
8	9 フェイシャル	10 CAP②(下半身)	11 基礎講習	12 オールRES	13 CAP①(上半身)	14
15	16 基礎講習	17 オールRES	18 フェイシャル	19 CAP②(下半身)	20	21
22	23 CAP①(上半身)	24 基礎講習	25 オールRES	26 フェイシャル	27 基礎講習	28
29	30 オールRES	31 フェイシャル	1 基礎講習	2 CAP②(下半身)	3	4

< 前月

2026 04 4月

次月 >

日	月	火	水	木	金	土
29	30 オールRES	31 フェイシャル	1 基礎講習	2 CAP②(下半身)	3	4
5	6 基礎講習	7 CAP①(上半身)	8 CAP②(下半身)	9 フェイシャル	10 オールRES	11
12	13 フェイシャル	14 基礎講習	15	16 定例セミナー	17 フェイシャル	18
19	20 オールRES	21 フェイシャル	22 CAP①(上半身)	23 オールRES	24 基礎講習	25
26	27 CAP②(下半身)	28 オールRES	29	30 基礎講習	1	2

福岡会場

< 前月

2026 03 3月

次月 >

日	月	火	水	木	金	土
1	2 オールRES	3 フェイシャル	4 CAP①（上半身）	5 基礎講習	6	7
8	9 フェイシャル	10 CAP②（下半身）	11 基礎講習	12 オールRES	13 CAP①（上半身）	14
15	16 基礎講習	17 オールRES	18 フェイシャル	19 CAP②（下半身）	20	21
22	23 CAP①（上半身）	24 基礎講習	25 オールRES	26	27	28
29	30 オールRES	31 フェイシャル	1 基礎講習	2 CAP②（下半身）	3	4

< 前月

2026 04 4月

次月 >

日	月	火	水	木	金	土
29	30 オールRES	31 フェイシャル	1 基礎講習	2 CAP②（下半身）	3	4
5	6 基礎講習	7 CAP①（上半身）	8 CAP②（下半身）	9 フェイシャル	10 オールRES	11
12	13 フェイシャル	14	15 定例セミナー	16 CAP②（下半身）	17 フェイシャル	18
19	20 オールRES	21 フェイシャル	22 CAP①（上半身）	23 オールRES	24 基礎講習	25
26	27 CAP②（下半身）	28 オールRES	29	30 基礎講習	1	2

基礎講習を受講される皆様へ。

基礎講習受講前に機器説明動画を必ず視聴してから受講下さい。

(機種ごとに動画内容が異なりますので、ご自身のご施設でご使用されている機種の動画をご覧ください)

※2023年7月18日以降は、講習内で機械の操作方法の説明はございません。

※動画の再生時間は機種によって異なりますが、概ね35分前後となります。

機械操作方法の動画は以下のURLをクリックし、パスワードの入力をお願い致します。

<https://indiba.jp/1/koshu/>

パスワード : indibakiso (コピーペーストでの入力をお勧め致します)

講習内容 ①講習時に使用する機器は選べません。

① 基礎講習:座学(理論講習)と実技(自己練習・相モデル練習)

- ・ インディバの基礎理論と操作方法・自己練習を中心にインディバの幅広い有用性・有効性をしっかりと学んでいただける講習です。
- ・ インディバ機器を使用する方は必ずご参加ください。

①の基礎講習を受講していただくと ② 実技講習に進むことができます。

<基礎講習内容>

② 実技講習(基礎講習受講後から申し込みすることができます)

- ・ 上半身講習(前面) 施術部位: 腹部 デコルテ 頸部
- ・ 上半身講習(後面) 施術部位: 腰部 上背部 頸部
- ・ 上肢講習 施術部位: 上背部 頸部 デコルテ 上肢(上腕～手掌) ※片側のみ
- ・ 下肢講習 施術部位: 臀部 大腿部(前面・後面) 下腿(前面・後面) ※片側のみ

※ 実技講習については受講する順番等はありませんので、好きな順番でご受講ください。

講習に参加される皆様へ

INDIBA・JAPANからのお願い

INDIBA・JAPANでおこなっている実技講習は、インディバ®をご愛用頂いている皆様の、スキルアップを目的に無料で行っている講習になります。長くインディバ®をご使用いただいている方も初めて講習にご参加される方もいます。安全に、気持ち良く講習を受講して頂くためにも下記の内容に注意して受講してください。

また、練習中のトラブルにおいては、責任を負いかねますのでご注意ください。

- ◆ 体調の悪い時は、講習への参加は控えましょう(見学可)。また、状態によってはお断りさせていただく場合がございます。ご了承ください。
- ◆ 各ワクチン接種されるお客様は、接種前中3日間、接種後4日間は講習へのご参加はお控えください。
- ◆ 講習中にモデルになる場合、不快感や違和感などを感じたらすぐに施術者に伝えてください。
- ◆ 汚れても良い服装と動きやすい靴でご参加ください。(ヒールの靴での参加はお控えください)
- ◆ 男性インストラクターが講師を担当する場合がございますので、予めご了承ください。
- ◆ 男女合同での講習になります(相モデルでの練習あり)
基礎講習以外で女性のための講習にご参加希望の方は、BEAUTYの講習にご参加ください。

講習時間について

【開始時間】 11時～ 【終了時間】 14時30分～15時(講習内容や参加人数によって多少前後します)

③遅刻の場合は見学となりますのでご了承ください。昼食休憩はありませんのでご了承ください。

講習参加のお申込は、右記のQRコードを読み込んでいただき
「ご希望会場」→「ご希望講習」→「必要事項を入力」のうえお申込みください。



東京会場

< 前月

2026 03 3月

次月 >

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3 下肢講習	4	5 基礎講習 (スポリハ)	6	7
8	9 上肢講習	10	11 上半身講習 (前面)	12	13 基礎講習 (スポリハ)	14
15	16	17	18 基礎講習 (スポリハ)	19 上半身講習 (後面)	20	21
22	23	24 基礎講習 (スポリハ)	25	26	27 上肢講習	28
29	30 基礎講習 (スポリハ)	31	1	2 下肢講習	3	4

< 前月

2026 04 4月

次月 >

日	月	火	水	木	金	土
29	30 基礎講習 (スポリハ)	31	1	2 下肢講習	3	4
5	6	7 上半身講習 (前面)	8	9	10 基礎講習 (スポリハ)	11
12	13 基礎講習 (スポリハ)	14	15 上半身講習 (後面)	16	17	18
19	20	21 基礎講習 (スポリハ)	22	23 上肢講習	24 下肢講習	25
26	27	28	29	30 基礎講習 (スポリハ)	1	2

大阪会場

< 前月

2026 03 3月

次月 >

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3 下肢講習	4 基礎講習 (スポリハ)	5	6	7
8	9	10	11	12 上肢講習	13 基礎講習 (スポリハ)	14
15	16 基礎講習 (スポリハ)	17 上半身講習 (前面)	18	19	20	21
22	23	24	25 上肢講習	26 上半身講習 (後面)	27	28
29	30	31 基礎講習 (スポリハ)	1 下肢講習	2	3	4

< 前月

2026 04 4月

次月 >

日	月	火	水	木	金	土
29	30	31 基礎講習 (スポリハ)	1 下肢講習	2	3	4
5	6 上半身講習 (前面)	7 上肢講習	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17 基礎講習 (スポリハ)	18
19	20	21	22 上半身講習 (後面)	23 下肢講習	24	25
26	27 上肢講習	28 基礎講習 (スポリハ)	29	30	1	2

福岡会場

< 前月

2026 03 3月

次月 >

日	月	火	水	木	金	土
1	2 下肢講習	3	4	5 基礎講習 (スポリハ)	6	7
8	9	10 上肢講習	11 上半身講習 (前面)	12	13	14
15	16 基礎講習 (スポリハ)	17	18 下肢講習	19 上半身講習 (後面)	20	21
22	23	24 基礎講習 (スポリハ)	25	26	27 上肢講習	28
29	30	31	1	2	3	4

< 前月

2026 04 4月

次月 >

日	月	火	水	木	金	土
29	30	31	1 下肢講習	2 基礎講習 (スポリハ)	3	4
5	6	7	8 基礎講習 (スポリハ)	9	10 上半身講習 (後面)	11
12	13 基礎講習 (スポリハ)	14	15	16 上肢講習	17 下肢講習	18
19	20 上半身講習 (後面)	21 基礎講習 (スポリハ)	22	23	24	25
26	27	28 上半身講習 (前面)	29	30	1	2

INDIBA® EDNAシリーズ

INDIBA®
revitalizing lives

EDNAの語源

EDNAとは「喜び・歓喜」を意味するもので、ギリシャ神話ではニンフ(妖精)の名
また、ヘブライ語では、神話上のエデンのように「若返り」を意味します

製品ラインナップ



EDNA PRO MAX

インディバ®史上No.1のハイパワー
ラグジュアリーで重厚感のある
ブラックカラーモデル
スカルプチャー対応

最大パワー CAP:500VA RES:250W
重量:12.5kg サイズ:54×42×15cm
最大エレクトロードサイズ
RES:90mm CAP:80mm
ターボマックス搭載、セルブースト搭載



EDNA PLUS

150Wの強力パワーと高い汎用性
エレガントでスタイリッシュな
ベーシックモデル
スカルプチャー対応

最大パワー CAP:400VA RES:150W
重量:12kg サイズ:54×42×15cm
最大エレクトロードサイズ
RES:65mm CAP:65mm
セルブースト搭載



EDNA ONE

インディバ®最大の特徴である
【深部加温】はそのままに
小型軽量化に特化した
スマートコンパクトモデル
スカルプチャー対応

最大パワー CAP:350VA RES:100W
重量:6kg サイズ:37×41×16cm
最大エレクトロードサイズ
RES:65mm CAP:65mm

セルブーストテクノロジー

特許取得済み*のセルブースト・テクノロジーは、INDIBA®プロトコルの効果を
最適化し、施術結果を強化・向上させます。

セルブーストの主な特徴

セルブーストは、より少ない熱的影響でより強力な電気的作用を
もたらすように設計されています。

これは、INDIBA®セラピー本来の作用を高めるものです。

このテクノロジーは特に以下のようなケースに有効です。

エイジングケア

組織の再密度化

浮腫と血腫の再吸収

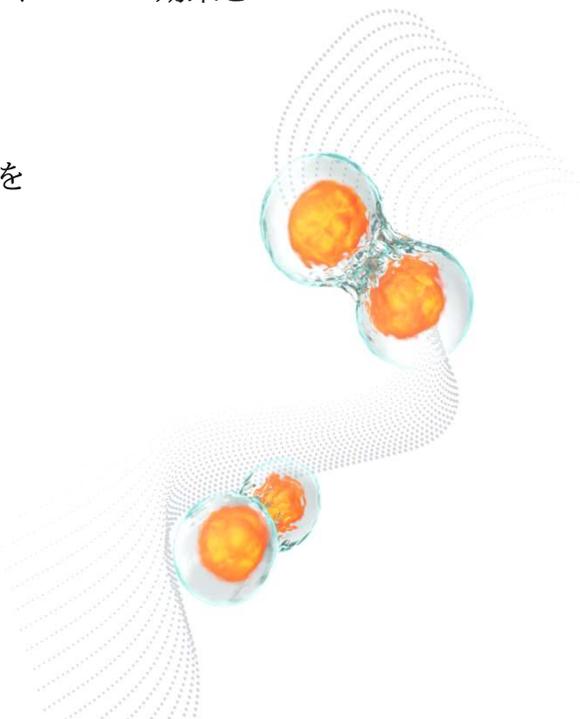
*特許 (N°: 2 658 762 / ES 2 658 762 B1)

ターボマックステクノロジー

一時的に最大電流(250W)の高周波電流が体内に送り込まれ、効果的に“熱”を発生させます。

「体格の大きな方」や「冷えの強い方」でもすばやく深部体温を上昇させることが可能となり、満足度を
高めます。インディバ®の温熱効果を最大限に高めるのがターボマックスです。

(PRO MAXに搭載)



Vol.180

INDIBA®

万人に共通した願い
「健康」

Sews

INDIBA®日本総代理店・販売店
株式会社インディバ・ジャパン

MAIL indiba_sales@indiba.co.jp (インディバ・ジャパン営業部)