



斎藤美和 Miwa Saito

ウォーキングインストラクター
トータルビューティープロデューサー

経歴

栃木県出身。文化服装学院マーチャンダイジング科卒業
1983年よりファッショントレーナーとして活動。
ロンドンコレクション、東京コレクションなどファッショショナーに
多数出演。現在もCM、ジュエリー、毛皮などのショーに出演。
1997年ウォーキングインストラクターの活動開始。
駿台トラベル&ホテル専門学校にて非常勤講師、
西新宿カルチャープラザ講師、企業研修、
「ウォーキング＆美しい立ち居振る舞い」イベント、トークショーなど
多数出演。姿勢をサポートする下着の監修、など美と健康を追求中。

「自分の身体をマネージメントする！」

こんにちは、斎藤美和です。

幼い頃から引っ込み思案で人見知りだった私が、「自分を表現する舞台」として選んだ仕事がファッショントレーナーです。魅せる、表現することの奥深さをもっと知りたくて、クラシックバレエ・ジャズダンス・ヒップホップ、日本舞踊にチャレンジしてきました。

「身体を使って表現する」をコンセプトにフリーでウォーキングインストラクターとして活動中です。

美しい仕草・動作は、美しい姿勢から！が基本と考え、子どもから男女問わず大人までを綺麗にするお手伝いをしています。

特に、子ども達の姿勢や歩き方の悪さは、筋力の低下や子どもの生活習慣病などの問題に繋がっていると考え、母親の立場からも子ども・学生たちへのトレーニングには力を入れて活動しています。

正しい姿勢、歩き方、立ち居振る舞いの基本動作から学び、最終的には発表（表現する）までを、自分達で考え、想像し、創り上げていく、そして達成することを目標とし、表現することの楽しさを体感して欲しいと願っています。

また、30年以上というモデル経験とデザイン学校で学んだ経験を生かして、衣類・靴・バッグ・コスチュームアクセサリーなどの商品企画も手掛けました。

トライすること、続けること、そして感動すること、笑うこと毎日の目標として日々奮闘しています。

「美」をテーマに皆さんとの出会いを楽しみにしています。



講師

駿台トラベル&ホテル専門学校非常勤講師「トータルスタイリング」
西新宿カルチャーブラザ「ウォーキングdeセンスアップ」 プロモデル・タレントへのウォーキング指導
NHK学園カルチャースクール「ウォーキングDEセンスアップ」 B・Walkオリジナルスクール運営
e・woman講演者養成講座 アーテリジエントスクール「ウォーキング&立ち居振る舞いスクール」
コミュニティ多摩川「ウォーキングエクササイズ」 東京商科学院「ウォーキング」「スタイリング」

セミナー・講演

栃木県美容専門学校講演会 専修大学エクステンションセンター「ウォーキングセミナー」
きもの人「美しい着物の歩き方&立ち居振る舞い」
アカデミーヒルズ アーテリジエントスクール「モデルが教えるウォーキング」
赤坂プリンス「プリンセスクラブ」ウォーキングセミナー 高島屋「パサパクラブ」ウォーキングセミナー
西武「ショッピングサポート」 千趣会「ウォーキング&スタイリング」
早稲田美容専門学校「就職対策立ち居振る舞いセミナー」 星美学園「ウォーキング&立ち居振る舞いセミナー」
一の宮女子短期大学「ウォーキング&立ち居振る舞いセミナー」 区内公立小学校家庭教育学級「親子でウォーキング」

イベント

ねんりっぴく栃木2014おしゃらくファッショショード監修 ウエスティンホテル「ブライダルポージング」
そごう「シーズフェスタ」トークショー マリナ・リナルディ「パーソナルカラー診断&トークショー」
フォンテーヌ「ファッショショーン&ビューティートークリブ」 東京プリンスホテル「ウォーキングセミナー」
赤坂プリンスホテル ブライダルフェア「パーエクトビューティー自分演出講座」
ツカキ「毛皮&レザーファッショントークショー」 ツカキ「和装の立ち居振る舞い、歩き方トークショー」
アイビー化粧品「綺麗な歩き方」 クリニーク「ウォーキング&ビューティートークショー」
丸ビルコレクション「ビューティートークショー」 ボーダフォン「ウォーキングワンポイントアドバイス」
ホテルリステル猪苗代 ブライダルフェア「カラーチェック&ドレス選び」

研修

パークレイズ・キャピタル証券「ウォーキング&立ち居振る舞い」 東京スター銀行 社員研修
西武百貨店 社員研修 TBC 社員研修 クリニーク 社員研修 エスティローダー 社員研修
イーウーマン 講演者養成講座 力キモトアームズ 新入社員研修 遠藤波津子 ブライダル部門社員研修
箱根プリンスホテル 社員研修 富士自動車 社員研修

プロデュース

GUNZE「Tuche」商品監修 巣鴨コレクション（ガモコレ）演出
グッズマン「姿勢ボーテ、美脚パンツ&ブーツプロデュース」 イケメン改造計画、ファッショショーンプロデュース
Baba&Pirate「コスチュームジュエリー、プロデュース」他、バッグ・衣類など商品企画
B・Walkオリジナルスクール ファッショショード企画、構成、演出

雑誌・新聞

月刊「ザ・デビュー」特集ページ監修 夕刊フジ「美・ウォーキング術」連載 資生堂「L A・B」取材
「いきいき」 ウォーキングページ監修 読売新聞「土曜ナビ」取材 下野新聞「ヒューマンとちぎ」取材

インターネット

CanCam.TV&クリニ-ク「すっぴん向上力」監修 ewoman サーベイキャスター
B・Walk オフィシャルサイト 「bizwoman」インタビュー

TV

TBS「はなまるマーケット」ウォーキング指導 日経CNBC「エコノWOMAN」出演

その他

TBCコンテスト 審査員 新人歌手・タレントウォーキング指導 Beauty leg make-upコンテスト ゲスト審査員

モデルの経歴

シャネル ソニア・リキエル キャサリン・ハムネット コシノ・ジュンコ コシノ・ミチコ 山本寛斎 ラルフローレン
東京コレクション ロンドンコレクション 他多数 With an・an 婦人画報 ミセス ミマン 他
丸井PB快適パンプスCF サントリーストーンズバーCF コカコーラライトCF 他