

すべて500円
ワンコインで受けられる！
※別途材料費がかかる
ものがあります

3月29日(金)

期間中多彩な講師を迎えセミナーを開催。
ここでしか受けられない貴重なセミナーばかり♪
ぜひお気軽にご参加ください。

五感で感じる ゆるぽかボディケア

10:30~
12:00

- ♪ 「五感力UP」で、いつでもどこでも簡単リラックス
- ♪ 心身ゆるぽか「あたため作戦」
- ♪ 今日から「私」も我が家でホームセラピストデビュー
- ♪ ロミロミで「笑顔美人」になろう
- ♪ 引き出しを増やして「癒され上手」になろう



講師：小山雅子（札幌）
リラクゼーションスペース Aloha Smile 代表
ボディヒーリングセラピスト
ハワイアンロミロミセラピスト

ボディヒーリングがもっと身近に暮らしの一部に溶け込み心身ともに元気に輝いていただけるよう、ボディヒーリング講座や自宅サロン及び出張形式でのロミロミやリフレクソロジーの施術を中心に活動中。

アロマクラフト

15:00~
16:30

アロマクラフト講座ではミツロウを使ってクリーム作りを体験できます。
好きな香りを入れて、オリジナルのクリームを作ってみませんか？

※受講料の他に材料費500円がかかります



講師：佐藤里薫（釧路）
アロマルーム 里薫 代表

釧路市内でのアロマ講座、自宅サロンにて活躍中。
今回はパーソナリティアロマでお客様に合った香りを選ぶお手伝いと、アロマクラフト講座に講師として参加。

アロマ入門編 今日からあなたも ママピスト

13:00~
14:30

エッセンシャルオイルの効能を、子育てや家族の健康管理に活用しているアロマセラピストの体験などをお話していただきます。
はじめてでもわかるアロマについてのお話と家族の経験談。そして、トリートメントオイルを作りハンドトリートメントを体験してみよう。
今日からあなたもママピスト♪



※受講料の他に材料費500円がかかります

講師：佐藤美登里（標茶）
アロマテラピーサロン アコーディオン 代表
AEAJ認定アロマテラピーインストラクター
AEAJ認定アロマセラピスト
J-EAT認定ビタミンセラピスト



ペットボトルで 簡単骨盤ケア

17:30~
19:00

骨盤周りをほぐすと骨盤のバランスも整い、むくみや腰痛も緩和！
自分では手が届かない背面もペットボトルで簡単ケア。

【持ち物】形の違う500mlのペットボトル2、3本

※簡単な運動をしますので動きやすい服装でご参加ください。
(スカート不可)

講師：山崎加奈江（旭川）
ロミロミ&リフレ ヒーリングルーム ひるねら 代表
リフレクソジスト
ハワイアンロミロミセラピスト
光波整体療術師
AEAJ認定アロマテラピーアドバイザー



お客様をピカピカの笑顔に…
小さなサロンだから出来るお1人お1人に合わせた忘れられない施術を目指して、旭川市で自宅サロン美容室サロン、教室、イベント等で活動中です！

3月30日(土)

色は言語！？ 色彩心理ワークショップ

13:00~
14:30

色はその時々で思考・行動・感情などを表します。
自分ではすっかり気付かない部分も「見える化」しましょう！
あなたが本当に望んで考えて、その行動方法は？そしてあなたがとても大切にしている方々の伝えたいことって？
色でコミュニケーションが可能な色彩心理学を簡単にワークショップ形式で楽しんでみましょう♪



講師：島田敦子（札幌）
Color Works Sapporo 代表 / NPO法人ジャパンセラピスト協会（JTA）代表理事
有限会社A Z U L 代表取締役 / 一般社団法人 日本カラーライト協会（JCLTA）理事
International Light Association プロフェッショナル会員
色彩心理アナリスト / カラーライトプラクティショナー / カラーアナリスト / 東商カラーコーディネーター1級（1分野）

チャクラを感じて チャクラとお話

15:00~
16:30

自分の身体や心を、自分で意図的に感じてみる事はありますか？自分の身体や心とお話するのって、傍から見たら笑っちゃうけどとても大切な事。
今回はチャクラとお話していきましょう♪人間の身体の中にある「パワースポット」チャクラ。このチャクラは大きいもので7つあると言われてます。
チャクラにはそれぞれ役割があります。その役割を理解し、ふだん気にしていないこの7つのチャクラをご自分で感じて、少しチャクラとお話していきましょう！
チャクラって何？という方も、リラックスしながら一緒に感じてみてくださいね♪

講師：浦部ありか（美幌）
心と身体のサロン crescent moon 主宰
心と身体のセラピスト



やわらか波動整体、リーディング、パワーストーンアクセサリなど、心と身体に働きかけるセラピーをモットーに活動中！
今以上の幸運への入り口は人それぞれ。心に働きかけても、身体に働きかけても、あなたの輝きは益々していきます♪
人生をより楽しくしていきますよ♪♪

ソフトヨガ

17:30~
19:00



講師：松橋優子（網走）
ヨガ講師

1988年にヨガに出会い、1993年から講師として活動を始め、2001年に札幌、水野ヨガ学院の指導者養成課程を取得、現在はサークル活動などでヨガを指導

3月31日(日)

13:00~
14:30

プロフェッショナルアロマ テーマ「森の香り」



講師：川内ゆかり（釧路）
J A A 日本アロマコーディネーター協会認定加盟校
釧路アロマセラピースクールヴィヴル主宰
道新文化センターにてアロマセラピー講座講師を行う他、釧路市武佐の教室にて、初心者向け講座を始め、資格取得クラスや、プロ向けの講座などを開講

マツ科の様々な針葉から抽出される精油の成分や作用を知って、免疫力をアップさせ若返りを目指しましょう！
エゾアカマツのティンクチャーを製し、オリジナル森の香りエアミストを製します。