

No.003  
(2015 年 4 月 10 日発行)

# KARADAJUKU<sup>o</sup> TSUSHIN

からだ塾  
通 信

からだのことをもっと知りたい！  
からだ塾のこともっと知りたい！！ 人のためのマガジン



特集 祝入社！「セラピストの 新常識 クイズ！」

*Welcome! Newbie*

- ・講師のコラム、受講生インタビュー、情報コーナー ほか
- ・セラピストに会いたい (⑤きんかめ ⑥Mana)
- ・マジックハンズ・セラピストアカデミー入学式！

TAKE  
FREE!



u-balからだ塾代表：  
上原健志  
(うへはらたけし)

## 「トレーナーから見るセラピスト」①



いよいよ新年度ですね。社会でもそうですが、私がトレーナーとして携わっている育成年代にとっても特別な時期です。各学年が一つずつあがり、新入生が入ってくる。特に新中1はボール・ゴール・コートも大きくなり、日常生活も大きく変化します。このような時期に、私が所属している INAC では意識の統一や結束を図るために毎年合宿をします。また、生活を共にすることで日頃の練習だけでは分からない選手の一面も確認できる、貴重な機会なのです。

さて、こういった合宿でのトレーナーの役割は？ 右図はある日のタイムスケジュールです。散歩・朝食を通して、選手の表情や動きから睡眠状態、疲労の残り具合を判断します。好き嫌いや食べる量もチェック、必要に応じて指導します。練習前

は時間との戦いです。テーピングなどのケガの管理、選手のケアがぎっしり。練習開始後はフィジカルトレーニング（具体的にはランニング・体幹・ステップワークなど）。そして試合になると、ひたすら「観察」です。「見てのだけ」と思われるかもしれませんが、この見てのだけ、が大事なのです。試合中は予測不能なケガが起きます。適切で早い処置をする為には、そのケガの「瞬間」を見ている・見ていないで大きく違います。もちろん、ボールがあるところだけではなくありません。全選手に視線を向ける大切な時間帯です。終了後は再び負傷者対応のケア、その後の過ごし方を指示。食事・選手ミーティングを経て、3 度目のケアです。ここでは筋疲労・慢性症状が中心になります。スタッフミーティング・翌日準備を終

え、ようやく自分の時間。合宿中は平均 3～4 時間の睡眠と、とてもタイトなスケジュールです。

さて、この中にはセラピストとしても重要なことがいくつもあります。例えば、「観察」。ケガの瞬間を見ることが大事と言いましたが、セラピストの現場ではこれが出来ません。つまり、日ごろの原因や痛む原因は、本人から「聞き出す」こと以外にないわけです。何が起きているのかが判断できなければ、いくら技術があっても発揮できませんね。セラピストにとつていかに「カウンセリング力」が大切な。技術と同じくらい、いや、それ以上に力を注がなくてはならないところだと私は思っています。他にもありますが、その話は次回に致しましょう。

### ある日のタイムスケジュール

5:30	起床 → 6:30 散歩
7:00	朝食
9:00 ~ 11:30	練習
12:00	昼食
13:00 ~ 15:30	練習試合
17:00	入浴 → 18:30 夕食
19:30	ミーティング
21:00	洗濯 → 22:30 消灯



Lomi Lomio TSUSHIN

講師：関野実麻(せきのみお)

## その③『リフレッシュ方法』

こんにちは。関野です。みなさんは普段どのようにしてリフレッシュしていますか？ズバリ私は、『海へ入ること』です。



海が大好きで、以前ほど頻繁に行けなくなりましたが、趣味がボディボードです。響きはカッコいいのですが、全然上達しません……。波を待っていたり、ボードから降りてぶかぶか浮いてボーっとしてみたり、楽しいことは時間を忘れて出来ますよね！全身使うので疲れるのですが、不思議と身体はスッキリします。心地良い筋肉痛がまたよいのです。海水が私のからだを浄化してくれるように思います。海へ入ることによってリセットされることが分かり、これが私のリフレッシュ方法でもあり、からだのメンテナンスにもなっています。海を眺め、砂の上にごろ寝して潮風を浴びているだけでもタラソテラピー効果！

仕事から解放出来る時間やからだのリフレッシュ方法を見つけることは長くセラピストを続けていくためには必要かもしれませんね。まだ見つけてない方は、今から探してみてはいかがでしょう。



u-balからだ塾の

## からだのはなし

### 強くても弱くても...



これは「お酒」のことです。さくら咲くこの季節は図らずも飲むことが多くなってしまふものですね。お酒の強い弱いもっている酵素の量にかかっているといひます。ほとんどの日本人が最初から持っている酵素の量が少ないか、持っていないといひます。欧米の方々も持っている酵素がもともと多いというのは周知の事実。

### 二日酔いにならない方法はあるのでしょうか。

アルコールはいったんアセトアルデヒドという物質に分解され処理していきますが、分解するより早いペースだったり酒量が多いとそれが全身に回って「酔い」になります。翌日も残れば「二日酔い」に。

では二日酔いにならないようにするためには ... 時間と食べ物を意識しましょう。飲み終えてからの5時間後がアセトアルデヒドの血中濃度のピーク。朝になる前に逆算して余裕を持って飲み終えましょう。**お酒と一緒にご飯やパンなどの糖質を摂ることは避けること。**糖質はアセトアルデヒドの血中滞在時間を延ばしてしまうので、かえって悪酔いしてしまうのです。

「沖縄の人は子は宝みたいな感じがあって…」

妊婦さんにとって「幸せ」な場所、沖縄で  
マタニティエステ専門サロンができる「幸せ」とは。



Mana ー沖縄マタニティエステ専門サロンー

日野 綾乃 (ヒノ アヤノ) さん

⑤

セラピストに  
❤️  
会いたい

頑張っている  
からだ塾生の紹介

日野さんがセラピストになられたきっかけを教えてくださいませんか？

私は 14 歳の時に婦人科系の病気で卵巣を取っているんです。その後、ホルモンバランスの乱れから、15 歳でだるさや浮腫、体重の増加や肌荒れなど更年期のような症状が出て、学校に行くのも嫌になるほど辛かったんです。思い悩んでいた 17 歳の時、母がエステに連れて行ってきて、そこで凄い変化が出た事に感動し、それ以降はバイトしてお金を貯めてはエステにお客さんとして通ってたんです (笑)

セレブな 10 代ですね。(笑) そしてそれがお仕事になったんですね？

はい、18 歳の時に神戸の美顔専門のサロンに就職しました。実際に働いたらすごく楽しくて。このキャラなので、周りはみんな年上なのに 19 歳で店長になって (笑) でも、そんなサロンも阪神大震災が起これりクローズしてしまいました。

そして 20 歳で大手エステに就職。当時エステ全盛期で、一人で 4～5 台のベッドを同時に見るような非常にハードな時代でした。同期入社の 40 名が 1 年で 3 名しか残らなくて、1 年半で主任に



開放的な気分を是非味わいに来てくださいね。

なったんだけど、当時私一人の売り上げ目標は月 800 万だったんですよ！凄い時代だったと思います。プレッシャーも凄く、ホルモンバランスが崩れ、そこでまた半年生理が止まっちゃって。勉強にも経験にもなったんですが、もっとちゃんとしたところで働きたいと思い、関西に本社があるホテルスパの会社に転職しました。そこでは、「所作」(お迎え～ご案内の仕方～歩き方～ベットのタオルの掛け方～ターバン巻き方～など)がなかった！という理由で 1 年間フェイスに入らせてもらえず、当時は鼻が無くなるまでへし折られました (笑) 何度も『辞めよう』と思いましたが、先輩方が技術や「所作」を教えてくださいのおかげで、その後東京で新人研修を任される

までになりました。

当時のエステには珍しく、専属の鍼灸師の先生が居て、東洋医学を取り入れた『スイナ』も習得できたんです。この施術をアレンジしたものは、現在も私の主力の技術です。そして、その頃初めて妊婦さんの禁忌やマッサージについても習ったんですが、ちょうど担当していたお客様が妊娠した事でマタニティエステの効果をさらに実感しました。

27 歳の時に結婚を機に沖縄に移住。その後、当時「沖縄で一番稼げるマッサージ施設」と言われていた温泉施設で働き初めました。そこは整体・鍼灸・カイロ・タイ古式などそれぞれのプロや、マッサージ歴 30 年など周りはプロがたくさん。私も業界歴 12 年目で、そろそろエステティシャンを卒業し、資格をとって「健康」「癒し」をメインに与本気で考え出しました。今までの知識を一旦引き出しにしまい、先輩方の技術を盗んだり、教えて貰ったり、時にはお金を払ってマッサージして貰ったり。そんな折マッサージ仲間達から「綾ちゃん、エステの手だよ！」と言われ、自分の得意分野と、才能を現金に変えられる仕事が明確になりました。やはり『餅は餅屋』と。

そして、エステ業界に戻りマネージャー等も経験。自分の妊娠をきっかけに、会社にマタニティエステの提案をしました。産後 6 ヶ月で、とある協会の資格を取り、沖縄で一番人気の産婦人科にプレゼンし、院内で産後エステをする事になったんです。子育て中

の働きたいスタッフに短い時間で働いてもらおう！マタニティエステを広げよう！と頑張ってきました。

その後、子育てをしながらの夜の勤務が厳しくなり、息子が 1 歳の時に独立。県内初のマタニティエステ専門店を自宅の一室でオープンしたんです。そして今のサロンへと続いています。

沖縄でサロンをされてますが、地域性や沖縄ならではの特徴はありますか？

沖縄の人はすぐ妊娠します (爆笑) 子は宝みたいな感じがあって！

ブライダルエステもするんですが、沖縄のとあるホテルでは挙式をあげる 7 割が既に妊婦さんというくらいすぐ妊娠するので、ブライダルマタニティエステの需要も多いんですよ。

日野さんにとっての「からだ塾」はどのようなものですか？

初めて参加した周産期講座も面白かったし、更年期世代の方も来られるので、上原先生の「肩こり」「腰痛」で習ったこと等もガンガン使ってますよ。解剖生理の本や更年期の本を読めばわかる事もあるんだろうけど、やっぱり上原先生だったり金子先生だったり、それぞれ考え方や特徴が出るのが面白く、経験談を聞くのが好きです。そして、「からだ塾」は私の技術の進化の為に必要なんです！今は、私のところに「マタニティ施術を教えてください」という方が結構来られるんですが、そういう時は「からだ塾に行ってください」って言うてるんですよ (笑)

今後の目標などはありますか？

私はとにかく今後も、『自分自身が通いたいエステ、自分が望むエステ』というものを追求し、形にしていきたいです。

体が元気で続けられるうちは、自分が施術して行きたいと思っています！

ゴージャスなインテリアからも  
サービスの自信が伺えます



SALON DATA  
Mana (マナ)

妊婦さんにとって「幸せ」な場所、沖縄から。  
マタニティエステ専門サロン！



【住所】沖縄県宜野湾市大山  
2-14-2-601  
【URL】  
<http://mana-esthetic.com/chizu.html>  
【予約】Tel: 098-890-2801



## Congratulations!



新人

# セラピストの 新常識 クイズ！

デビューほやほや♡ おめでとう！ フレッシュなセラピストちゃんに向けて各ジャンルからクイズを出題します！ベテランセラピストさんもやってみましょう。



## クイズ 05

### 『ボディリートメント編』

Q: ボディリートメントは泌尿器系にどのような影響がありますか。

- A: よりよい毒素排泄を促す
- B: 柔軟性を促進する
- C: 蠕動をうながす
- D: 硬直を軽減する

クイズ



## クイズ 06

### 『アロマテラピー編』

Q: アロマテラピーという言葉の意味は？

- A: 心理療法
- B: 入浴療法
- C: 芳香療法
- D: 運動療法



## クイズ 07

### 『フェイシャル編』

Q: AHAは何として知られていますか。

- A: アルファ-ヒドロキシ酸
- B: アルファ水素酸
- C: アルファ-ヒドロキシアルカリ類
- D: アルファ水素アルカリ類

## さくらはまだ間に合います☆

桜の旬はあつという間だからこそキレイなのですが工夫次第でまだ間に合いますよ！新人さんの息抜きになればいいですね。

### 『北上して桜を追いかける』



桜の名所で有名な場所の1つが、東北では青森県弘前市。弘前城と桜が同時に眺められます。「弘前さくらまつり2015」はGW頃。

### 『種類を変えればまだ楽しめる』



八重桜（やえざくら）を探しましょう。ソメイヨシノに比べて開花期が1~2週間ほど遅く、花は丸くふんわりとした形が一輪から豪華。

### 『絵画を愛でるなら1年中でも』



上: 千住博  
下: 加山又造  
桜モチーフの名画も多い。

⑥  
セラピストに  
会いたい

頑張っている  
からだ塾生の紹介

Kinkame (きんかめ) 一羽生市一

原田雄士 (ハラダユウジ) さん

脱力と癒しを追求する古民家サロン

まずは原田さんがこの業界と出会ったきっかけから教えて下さい。

昔、祖父が整骨院をやっていたこともあって、元々からだに興味はあったんですが、以前ボーリング場で仕事していた時に自分が腰を悪くしてしまって。整骨院やカイロなど色々な所に通ったんですが、きちんとやってくれるところもあれば、あまりにも酷いところもあって。腰の状態がなかなか良くならないので、自分でも色々調べているうちにだんだん興味が湧いてきて。それで、手に職を付けるために、6年前に整体の学校に通い始めたんです。そして、その整体学校が転じていた上海の「解剖実習」で、「からだ塾」から来られていた上原さんと出会ったんです。当時は現場経験がない中、学校の勉強の延長で習いに行っていたんですけど、上原さんが「より現場に近いセミナーをやっている」という話を聞いて、それから「からだ塾」に通い始めたんです。その同時期に自宅近くの大型商業施設内にあるリラクゼーションの店舗で働き始めたんです。昨年そのお店が商業施設から撤退となったことをきっかけに独立を決意し、去年の4月にこのお店をオープンしました。

独立には大きな決断が必要だったのでは？

恵まれている事に、自宅のすぐそばに、使っていない祖父の家があって、駐車スペースもあるので、消費税が8%に変わる前に思い切ってリフォームしちゃいました(笑)

独立してみると経営者としての負担がありますね。自分は施術者としてやりたい気持ちが強いんですが、経営面にも時間を割かれ、今まで勉強にまわしていた時間がなくなっちゃって。スタッフも居ますが、自分がメインでやっているのでお休みも少ないです。週末は予約で身動きが取れないので、平日の予約の合間に経営者としての動きをしています。

自分は、そんなに儲けばかり考えず、あくまでも現場ありきで人付き合いを大事にしていきたいと

思っています。施術のインターバルも30分～60分と長めに設定し、少し延長して施術したり。独立した今は、自分でやりたいようにじっくり施術できるので楽しいですよ！



左：酵素風呂  
下：中庭が望める  
窓際のカウンター  
席で施術後も  
ゆっくりできます。



空間が広くて、本当に素敵なお店ですね。

元々の和の感じを生かして、アースカラーを多く使い、天井を取っ払って上を広くして、のんびりした空間にしています。商業施設で勤務していた時は子供の泣き声や店内放送など、周囲がガヤガヤしていておおよそ「リラクゼーション」这种感觉じゃなかったけど、今は窓を開けても静かだし、ほぼ理想の空間となっています。

駅から近くははない様ですが、お客様はどのような形でお越し頂く事が多いんですか？

口コミと、道路に出している看板(原田さんお手製)を見て飛び込みもありますね。あとは、この近隣には無い「酵素風呂」があるので、そこから見つけて来てくれる方も多いですね。元々リラクゼーションだけでは厳しいと思っていたので、違った方面からのお客様を見込んでの

「酵素風呂」だったんですけど、結果、方向が全く違うお客様も多く来られます(笑)



まるで和カフェの  
店長さん?!  
癒しを提供して  
くれる優しい笑  
みに思わず引き  
込まれます。

上原との出会うきっかけとなった、上海での人体解剖実習はどんなものでしたか？

献体を見るまでは絶対吐くだろうなと思っていたんだけど、いざ始めるとそういうのがぶっ飛んじやって、坐骨神経を探したりとか、とにかく凄く楽しくって。狂ってるなって(笑)

当時は現場未経験だったけど、経験を積んだ今、機会があればまた行ってみたいと思います。そして行くならまた上原さんと行きたい(笑)

「からだ塾」の講座で印象に残る講座は？

自分の施術の根幹に、「機能解剖学」が一番ジャストミートしましたね。お客様のお話を伺って、状態を診て、そこからストーリーを立てて、実際にからだを触り、そのうえで施術の組み立てをきちんと考えられるようになった。「機能解剖学」の受講は大事だったと思います。短時間で結果を出すためには、あの受講が無かったら今の自分の施術は成り立たなかったと思います。「機能解剖学」一押しです!!

最後に原田さんの今後の展望をお聞かせ下さい。

ひっそり、じっくりやって行きたい。「大きくしたい!」というような野望は無いんです。付き合いのある人、自分の施術を気に入ってくれる方に、自分がやれる範囲でじっくり向き合っていく予定です。「お客さんを良くしてあげたい」という気持ちは大事だけど、全てを自分がやろうとするのは正しいとは限らないと思うんです。自分と違う分野は、得意な人に任せちゃうのが良いと。自分の分野と違う事を求められたら、「こういう人紹介しますよ」と言えれば良いので。そういう意味でも「からだ塾」は他の方と繋がることができる貴重な場なんですよ!

そして、今のやり方の中で、必要に応じて少しずつ枝葉を増やし、守備範囲を広げて行ければ良いと思っています。

SALON DATA

Kinkame (きんかめ)



旅館と見まごう和風の建物に  
酵素風呂や寛げる空間を設けるサロン

【営業時間】10:00～21:00 (木曜定休)  
【住所】埼玉県羽生市砂山368-3  
【URL】<http://kinkameinc.com/>  
【予約】Tel: 048-501-5077

be a  
therapist! /

「更年期セラピー講座」の金子洋子先生による

## セラピスト学 ベーシック

第3回



### 未来のお客様が貴女をさがしています

4月と言えば、新入学や新学期などなど、新しく始まる事、始める事が多い季節です。これを読んでいる中にも、セラピストへの第一歩を踏み出した方もいらっしゃるかも知れませんね。

私の生徒さんの中に、「セラピストになるのが、夢だったんです。」と言って、受講した女性がいました。彼女は50代。子育ても終えて、一段落。やっと自分の夢だった「セラピスト」と言う仕事に向かって歩み始めました。

このように「夢」が実現して、今、セラピストとして活躍されている方は、良いのですが実際には、活躍できていない人もいます。何が違うのでしょうか？

それは、「夢」であるセラピストになる為に、技術を習得して、知識を学んで・・・でも、自分の存在を未来のお客様に知らせる事をしていないんです。だから、貴女の未来のお客様は、貴女を見つけられずに遠回りしているかも知れないんですよ。

貴女の技術は、まだ見ぬ未来のお客様の為にあります。だから、その未来のお客様に、「私はここに居ますよ」と、お知らせしなければいけません。

たとえば、フェイスブックのアイコンは、貴女のお顔がわかる写真ですか？

たとえば、ブログのプロフィールが、「お花」とかになっていませんか？貴女のホームページには、貴女が写っていますか？

自分の顔を出すのが恥ずかしい、怖いって思うセラピストさんが、多いのですが、怖いのは貴女ではなくお客さまの方です。初めてのサロンに施術を受けに行く時って、どんな人に施術されるんだらうって、お客様は不安ですよ。なのに、お顔もわからない、情報も薄い。それでは、貴女を見つけてもらえません。

初めてのお客様がいらっしゃった時、お名前や住所や生年月日、そしてお身体の不調の詳細などをお聞きしたり、記入して頂いたりしますよね。それと同じく、私たちセラピストは、自分の情報を未来のお客様に知らせる必要があります。

怖がらずに、プロフィールをきっちりと書いてみましょう。それが、貴女を見つけてもらえる方法のひとつですよ。

### 金子洋子 Yoko Kaneko

リンパドレナージュセラピスト

- ・u-bal からだ塾講師
- ・マジックハンス・セラピストアカデミー講師
- ・タイド・リンパカレッジ代表、
- ・日本リンパドレナージュ環境協会インストラクター認定資格

錦糸町

東京セミナールーム周辺の  
美味しいものや楽しい所を紹介します

### 【第3回】北斎茶房（甘味処）

錦糸町駅北口ロータリー前に北斎通りと呼ばれるその通り沿いに佇んでいます。「佇まい」という言葉がびつたりと落ち着くお店。長屋の倉庫だったものを改装して作られた店内は天井が高い造りで、大きな窓から柔らかな日差しも差し込む明るい空間です。仙台在住の受講生さんが講座終了後にお目当てで足を運んでしまうほど有名なよう。理由はこのあなみつの美しさ！「宝石箱や〜!!（笑）」と叫びたくなるのわかりますか？事務局井出が季節のフルーツが満載「北斎冬館蜜」（中）、講師関野が「北斎特製館蜜」（右）を頼みました。カウンターに茶釜が設置してあり、木杓子でお湯を汲み、お抹茶やコーヒーを淹れます。ほっとする一瞬です。



お持ち帰りで買える大福はすぐ売り切れてしまうかも！お早めどうぞ。

### 受講生インタビュー 第3回

#### ニュースな受講生たち

神奈川県：高見澤 文枝（たかみざわ ふみえ）さん

#### Q1：初めてからだ塾に参加したきっかけは？からだ塾以外にも何か勉強はしていましたか。

現在の仕事を始めて10年程たっていたのですが、技術の面、知識、方向性色んなことで日々悩んでいました。ネットで手当たり次第検索し数ある講座の中から選んだのが、からだ塾でした。この選択が、大当たり！セラピストになる前にやっていた仕事を辞めた時に、習い事程度の気持ちで中国整体のスクールに数ヶ月通いました。スクールで現在の職場を紹介していただき、職場の方たちに手技など教えていただきました。

#### Q2：現在のお仕事の内容を教えてください。からだ塾

#### で受講した内容がお仕事上で活かされたことは？

スーパーの中に入っているリラクゼーション整体のお店で働いています。ドライマッサージとリフレクソロジーをやっています。からだ塾で教えていただいたテクニック的な事はもちろんですが、心構えみたいな事、例えば『お客様の声ではなく体の声を聞く』とか。からだ塾の講座を初めて申し込みした時、申し込みに対する返信メールが、ものすごくあたたかかったんですね。事務的な内容なのに事務的じゃない。すごいな一っと思えました。

#### Q3：1期マジハンでも解剖生理学を学んで見事合格、ITECの資格を取得されました。働きながら学んだ生活はいかがでしたか。感想をお聞かせください。

働きながらは・・・たいへんでした!!（笑）がんばれたのは、授業は楽しかったので、寝不足でも視聴できたのと、子育てもしてお仕事も勉強されている受講生さんがいらっしゃったので、その方たちの事を思った

ら独身の私が『時間がない』なんて言えませんから。合格できたことも嬉しいですけど、学生の頃より勉強したという満足感と何かを学ぶのに年齢は関係ないと改めて思いました。

Q4：高見澤さんオススメの健康法や美容で気遣っている事はありますか。気になることを教えてください！

オススメかはわかりませんが、風邪を引いて熱や咳が出るのは体に必要な事だと思っているので薬は飲まず、蒸しタオルや足湯などをします。オススメなのは、仕事の合間の『上原式肩甲骨体操』です！お顔の血色も良くなるので美容につながります。

#### 【高見澤さんのプロフィール】

長野県出身。45歳。職歴、ケーキ屋さん、視力回復センター、歯科医院受付、助手、派遣社員など。セラピスト歴13年目。100歳現役が目標。



■「二期一会」（その機会は二度と繰り返されることのない、一生に一度の出会いであるということ）を心得て、亭主・客ともに互いに誠意を尽くす心構えの精神も持ちながら、またそこから始まる『繋がり』や『縁』を今後も大事にして行きたいと思っています。

■「からだ塾」で知り合った受講生さん同士が、その後食事会や練習会などをしていてる事を知った時も、私たちがとても嬉しく思う瞬間です。講座の内容が一番大事ですが、それに付随してセラピスト同志が交流できる場や『縁』を提供できるなら、これはとても嬉しい事だと思っています。

■でも、名所巡りはできなくても、旅行ではなかなか味わえない楽しさもあります。それは、地元の方と親しくさせて頂ける事。全国の皆さまと講座を通じて知り合い、懇親会で一緒に楽しみ、その後は講座でまた再会したり、SNSなどを通じて互いの近況を知る事ができる。遠く離れていても全国の皆さまと繋がりが刺激を与え合える事も、出張講座で得られる一つの大きな財産だと思っています。

■「からだ塾」で知り合った受講生さん同士が、その後食事会や練習会などをしていてる事を知った時も、私たちがとても嬉しく思う瞬間です。講座の内容が一番大事ですが、それに付随してセラピスト同志が交流できる場や『縁』を提供できるなら、これはとても嬉しい事だと思っています。

■「全国に旅ができて羨ましいですね、いろいろな所で美味しいもの食べられて！」出張先で受講生さんからよく言われることです。実際は出張中に観光する事は殆どなく、講座が終わると慌ただしく東京へ戻るといような感じなんです。実に勿体ないですね（笑）

事務局モリモリの  
セラピストを  
詠む 3  
事務局：石森啓之  
【ご縁】



