

ママの笑顔が
家族のしあわせ♡

ママのセルフケア講座



IN のびすく

津市乙部 のびすく ママサロンにて、

お子様連れ可能、ママの癒しの場 **ママのセルフケア五感バランス講座** が誕生しました～♪

是非、ご自分へのご褒美に お子様とご一緒にいらしてくださいね♪

(セルフケア講座のみ 60分 1,000円 ご希望の方はヘルシー軽食(有料)もあり)

*軽食付き希望の場合、のびすく会員、非会員により料金が変わりますので、HPにてご確認ください。

効果：骨格バランス、腰痛、肩こり、冷え、便秘、不眠などさまざまな不定愁訴の改善緩和

*妊娠中、可能性のある方は医師の許可のもとお申し込み下さい。

★基本 毎月 第1 日曜、火曜 11時～開講(要予約) 年始は変更有

【お申込み・お問い合わせ】059-253-3130

のびすくHP：<http://nobisuku.info/> 代表 松井まで



“五感バランス”は、**自力整体(じりきせいたい)**

という ご自分で ゆる～りゆる～り動いて脱力させ、

心身を整えるセルフ整体法。

自身の病気の体験のもと、そのセルフケアの素晴らしさを伝えたくて

名古屋のスポーツクラブで活動。

スポーツクラブでは 話題のyogaにも勝る、予約制のクラスに。

現在、主人の転勤で津市に移住。

のびすくママサロンを始め、マルシェの出店、個人セッションなど活動の幅を広げています。

✧矢上予防医学研究所 自力整体 3期生卒業 ✧光のことば 天使のヒーリング ✧遠隔身体調整受講

✧JCTA日本チャイルドセラピーアドバイザー ✧NPO法人 わらべうたベビーマッサージインストラクター

✧内閣総理大臣認証 NPO法人コミュニケーション能力開発機構 心理カウンセラー&コーチング1級

★ご家族揃ってセルフケア、訪問ケア、ベビーマッサージ、イベント依頼も承っています!! (要相談)

☎090-6330-1313 ブログ <http://ameblo.jp/happy2eekimochi/>

しあわせ体質案内人 よしだ ちえこ(*^_^*)