

## yuragist 養成講座

フットケア（セルフケア・アドバイザー）

STEP①は各部位を毎月一回のペースでじっくりマスターしましょう  
習ったその日からご家族や周囲の大切な人へケアできる内容に纏めています。

- 第1回目 ゆずソルジーケア剤の特長  
学ぶ部位：足裏～足関節 リフレクソロジー（反射区）について  
足どり軽やか・トラブル対策ケアをペアで実技
- 第2回目 冷え対策・血流を良くするポイント  
学ぶ部位：アキレス腱～ふくらはぎ  
苦痛な痛みが伴わないムクミ緩和ケアをペアで実技
- 第3回目 膝関節の機能について  
学ぶ部位：膝下リンパ節・膝関節を支える筋肉  
足裏～膝までリンパケア&痛みが伴わない筋膜リリース実技
- 第4回目 座る姿勢に関する豆知識（呼吸・骨盤矯正）  
学ぶ部位：大腿部～骨盤周辺の筋肉  
膝下リンパ節～臀部（ソケイ部リンパ節）リンパケア
- 第5回目 正しい姿勢で歩くために心掛けるセルフケア  
学ぶ部位：足（指先）リフレクソロジー（反射区）～膝関節  
仰向けに寝た状態で行うフットケア実技
- 第6回目 下肢リンパケアのポイント（ケア効果 観察のしかた）  
学ぶ部位：膝関節から股関節・下肢リンパ節と筋肉  
仰向けで寝た姿勢で足全体のリンパケア実技

開催日時 毎月第一木曜日 10:30~15:00（昼休憩 45分ほど）

随時どこからでも受講参加可能です。

休まれた講座は次の期へ振替えしていただけます。

定員 12名（最少3名～開講）

受講費 64,800円：材料費 7,560円（税込）

フォロー体制

\*もう一回同じ講座へ参加したい人はリピート受講 1講座3,240円で参加して不安を解消

レベルアップ・実践型

\*全6回終了後、アドバイザー認定・サロンワークへレベルアップしたい方はSTEP②へ

\*有償ボランティア活動で、時々yuragistとして社会参加しながらゆっくり活動の幅を広げたい方は毎月第4日曜日 yuragistの集いでイベント・催事用の椅子で行うケアレッスンにご参加下さい。レッスン用にスタジオ開放 13:00~16:00

STEP②「認定・サロンワークへ」

毎月第1水曜日 10:00~12:00 ゆずソルジーフットケアを一連の流れでケアが提供出来るように実技集中レッスンを開催します。

受講カードとケアに必要な材料をご持参ください。

受講料 3,240円(税込)

60分でフットケアが提供できるようになれば、アドバイザー認定テストへ(1回目は無料)  
(テスト2回目以降 5,400円有料となります。)

アドバイザー認定後、希望者はゆらぎスタイルでモニター募集を行い、プロデビューをサポート致します。モニターの声から改善点のアドバイス・接客フォロー体制の中で自信が付き、ゆとりができていきますからご安心くださいネ!

モニターから貴方のお客様へ発展し、継続してケアを支持して下さる場合はゆらぎスタイルではシェアサロンでご利用いただけますから、サロン開業への投資・リスクを軽減しながらお仕事へ繋げていきましょう!