

QOLグッズ  
プレゼント  
&  
美ベジ  
スイーツ付家族の美と健康に **QOL** セミナー3※「QOL」とは、Quality of Lifeの略。  
自分らしい生活を送り、人生に幸福を  
見出しているかという概念。

— 脳・心・体 輝く! —

「10年後のわたしの為に、ビューティーメソッド」  
～自分の愛し方、キレイになり方～これからの人生を豊かにする美メソッドを、グローバルにご活動され、各界でご活躍の美のスペシャリストより学びます。  
何歳からでも遅くない!セミナーには、脳・心・体に働きかけ、美しく生きるための究極のメソッドが詰まっています。

日程

2018年 **2月24日** (土)

会場

日本看護協会ビル JNAホール  
(原宿表参道)

時間

開演10:30 ~15:45 (10:00開場)

受講料

キラメキ

45才以上の方

**10,368円** (税込)

講座コード: 61017-950-02

一般

45才未満の方

**12,960円** (税込)

講座コード: 61017-950-01

定員

**120名** (先着順)

お申込受付

Web

スクール

お申込受付開始日 **10月5日 (木) 午前11:00~**セミナー最新情報は  
「ハーバルライフカレッジWeb」をご覧ください。  
<http://hlc.treeoflife.co.jp>※お申込は、ハーバルライフカレッジWebまたは、専用申込書をご利用下さい。  
専用申込書は、スクールまたは、生活の木直営店にて9月中旬より配布いたします。  
スクール・ショップのお申込受付時間は、各店営業時間とさせていただきます。

大好評 過去開催講座と同内容です。

講演1 (60分)

脳・血管・ホルモン等に働く

10:40~11:40

自分に合ったオイル栄養学

一般社団法人日本オイル美容協会 代表理事

YUKIE 氏



ココナッツオイルや亜麻仁オイルなど、オイルが体に良いことは聞いたことがあるけれど、「本当に良いの?」「どのオイルをどのくらい摂れば良いの?」など疑問がいっぱいです。お医者さんも、学校も、お母さんも教えてくれなかった暮らしに役立つ【オイル栄養学】をご紹介します。

大好評

講演2 (60分)

アーユルヴェーディック

12:40~13:40

『腸活美容』メソッド

クリニカルアーユルヴェーダプラクティショナー

マンソン 美子 氏

『全ての不調、病気は消化器官から』  
5000年前からアーユルヴェーダでは伝えてきました。体の内側からキレイ!を目指し、自分に合う食べ物、調理法、食べ合わせ、食事時間等を理解し、「消化力」「吸収力」「排泄力」のバランスの整え方を、米国でアーユルヴェーダ専門医として様々な臨床経験をもつマンソン美子氏より、実習を交えて紹介します。

講演3 (30分)

パティシエール 柿沢安耶の 美ベジスイーツ試食付

13:55~14:25

ベジタブルライフ

パティスリー ボタジエ オーナーパティシエール

柿沢 安耶 氏



食べ物の影響はダイレクトに身体に反映します。野菜を多く取り入れることで健康に、さらには美にも影響がでてくるかもしれません。野菜をどう日々の生活に取り入れるか、また野菜自体をどう活かして豊かな生活をしていくか…柿沢氏の「ベジタブルライフ」についてお話しさせていただきます。セミナー中は「美ベジスイーツ」をお召し上がりいただきながら、ご自宅でも再現できる2品のレシピもお持ち帰りいただける美味しいセミナーです。

講演4 (60分)

ホリスティック・ビューティーのために

14:35~15:35

ロンドン・スクール・オブ・アロマセラピー (LSA) 日本校校長

バーグ 文子 氏



アロマセラピーを中心としたナチュラル・ビューティーケアは、個人的ニーズや目的別に対応できる強みがあります。セミナーでは、ホリスティック・ビューティーケアの方法を紹介し、美しさを保つためにとっても大切なメンタル面、フィジカル面の話もしたいと思います。巷のブームに振り回されず、自分の体質と寄り添う効果的なビューティー・メソッドを始めましょう。

©Shinobu Shimomura

掲載内容は諸事情により、予告なく変更になる場合がございます。