

TherapyRoom

青梅市末広町 2-7-22-103

☎ 080-1055-0103

<https://www.therapyroom.jp>

お申込み後は、24時間以内に登録のメールアドレス宛に参加確認メールが therapyrm@gmail.com より送信されます。メールが届かない場合は、同アドレスまでお問合せ下さい。お好きなアロマを選び「自分だけの香り」を作成できます。実技は、オイルのプレゼント付き♪是非、ご参加下さい。
※表記日付以外の希望日時にて「個別レッスン」設定可能（お問い合わせは、メールまたはSMSをお願いします。）

まなぶ

アロマハンドセラピスト体験



7月31日[水] 18:30~20:30
8月7日[水] 18:30~20:30
8月18日[日] 14:30~16:30
9月4日[水] 18:30~20:30
9月8日[日] 14:30~16:30

- 定員/各4人まで
- 対象/女性限定
- 参加費/3,300円※再受講の場合1,000円OFF
- 持ち物/フェイスタオル・飲み物
- 予約締切/各回2日前の18時まで

何度でも受講可能



アロマハンドセラピスト体験をしませんか？身の周りの大切な方や将来ボランティア等においてアロマハンドトリートメントを誰かのために実践したい初心者・経験者等、どなたでも参加可能です。「(公社)日本アロマ環境協会AEAJアロマハンドセラピスト資格対応コース」2024年9月30日資格申請を目指します。※材料費込み

AEAJアロマハンドセラピスト資格対応コース



7月28日[日] 10:00~16:00
8月7日[水] 12:00~17:00
8月24日[土] 10:00~16:00
9月4日[水] 12:00~17:00
9月28日[土] 10:00~16:00

- 定員/各4人まで
- 対象/女性限定
- 参加費/18,260円※実技再受講の場合7,150円
- 持ち物/フェイスタオル・飲み物
- 予約締切/各回2日前の18時まで

何度でも受講可能



1日完結で資格取得！(公社)日本アロマ環境協会AEAJアロマハンドセラピスト資格対応コース取得講座です。安全にアロマセラピーを行うための知識を持ち、第三者にアロマハンドトリートメントを提供できる能力を認定する資格です。身の周りの大切な方やボランティア等で実践してみたい初心者・経験者、どなたでも参加可能です。試験はなく当日に履修証明書が発行されます。

《スケジュール》
全1回(金標準カリキュラム5時間)
①土日クラスは、昼休憩1時間あり
②平日クラスは、適宜休憩あり
※②は早めのお昼を済ませてお越し下さい。
アロマハンドセラピスト体験講座受講生は実技1時間が免除となり終了時間短縮可能※テキスト代・材料費込み

アロマセラピー体験



7月17日[水] 14:30~16:30
8月4日[日] 14:30~16:30
8月14日[水] 14:30~16:30
8月25日[日] 14:30~16:30
8月28日[水] 14:30~16:30

- 定員/各4人まで
- 対象/女性限定
- 参加費/3,300円※再受講の場合1,000円OFF
- 持ち物/飲み物
- 予約締切/各回2日前の18時まで

何度でも受講可能



アロマセラピーを体験しませんか？アロマ初心者でも楽しみながらテーマに合わせて学べる1DAYレッスン。初心者講座を学んだ後は、体験実習としてオーガニック素材で作るサロン人気No.1ジェル美容液(2,000円相当)を作成してお持ち帰り頂けます。2024年9月以降開催「(公社)日本アロマ環境協会AEAJアロマセラピー検定対応コース」1級取得を目指します。※材料費込み

アロマボディセラピスト体験



7月18日[木] 18:30~20:30
8月8日[木] 18:30~20:30
8月25日[日] 10:00~12:00
9月5日[木] 18:30~20:30
9月8日[日] 10:00~12:00

- 定員/各4人まで
- 対象/女性限定
- 参加費/3,300円※再受講の場合1,000円OFF
- 持ち物/バスタオル・半ズボン・飲み物
- 予約締切/各回2日前の18時まで

何度でも受講可能



アロマボディセラピスト体験をしませんか？身の周りの大切な方や将来ボランティア等においてアロマオイルトリートメントを誰かのために実践したい初心者・経験者等、どなたでも参加可能です。人に触れること、人に技術を提供することのHow to入門編。今回は、第二の心臓といわれる「ふくらはぎ」や浮腫みや冷えが気になる脚のトリートメント実技を体験します。沢山のアロマからお好きな香りを選び、互いの心と体を癒す時間。是非、ご参加下さい。※材料費込み

ちょこっとゼミ

青梅・奥多摩の気になるお店を体験できる！



ちょこっとゼミとは

地域のお店からプロならではのノウハウが学べたり、サービスが「ちょこっと」体験できる『ゼミ』を通して素敵なお店を見つける事が出来ます。気になるゼミを見つけてご参加ください！

その他のゼミもHPには多数掲載！



ちょこっとゼミは1年中開催しています
～随時新しいゼミが登場！HPをブックマークしてね！～

ちょこっとゼミの参加方法



https://www.omecci.jp/chokotto_zemi/

- (1) 気になるゼミを見つける
- (2) ホームページにて詳細・申込方法を確認
- (3) 各ゼミが指定する申込み方法でお申込み
- (4) ゼミを受講



本誌には載っていないゼミがホームページにもりだくぞん！



主催/青梅商工会議所 後援/青梅市 【問合せ】青梅商工会議所
青梅市上町 373-1 Tel.0428-23-0111



ゼミの表示について

4つのジャンルごとに、様々なゼミを紹介しています。
QRコードで詳細ページへ！

最大5日の日程と時間が記載されています。

詳細情報

予約について

※予約方法および詳細はホームページをご覧ください。
※定員に達した場合、締め切り日前でも受付を締め切る場合があります。
※講座により、参加人数が少ないなど、開催を見合わせる場合があります。

講座名	美容・健康	ジャンル
講座内容やひとこと		美容・健康
Photo	開催日時	まなぶ
●定員 / ●対象 / ●持ち物 / ●予約締切	●対象 / ●参加費	食べる
店名 住所	HPはこちら QRコード	つくる
	☎電話番号	

親子で歪みを整えよう！

美容・健康

小さなお子様へ成長期は心身にとって、勉強やスポーツにも影響大な時期です。現代は大人もスマホやゲームの向下角姿勢や、運動不足によって、カラダが歪んでしまっているかも！背骨や骨盤、首の歪みを今のうちから整え、正しい姿勢を！まずは親子でAI姿勢診断をして、今の体を知ることから始めましょう。骨盤調整、簡単な歪みセルフケア運動もやります！

7月17日 [水] 16:05~17:35	7月31日 [水] 10:05~11:35	8月2日 [金] 10:05~11:35
●定員 / 各4人まで	●対象 / お子様やご自身の健康(姿勢)に関心がある方	
●持ち物 / フェイスタオル、飲み物、動きやすいスポンなど	●参加費 / 2,000円	●予約締切 / 各回前日 17:00 まで

HPはこちら

カイロ & エステ Merci ☎090-3137-5599
青梅市新町 9-2038-3 公式LINE @576tomyf

フットケア体験

美容・健康

厚い爪や伸びない爪、魚の目やタコ、踵のガサガサなどお悩みの施術を体験していただけます。それと同時にトラブルの原因やセルフケアをアドバイスさせていただきます。迷われている方は、ぜひいらしてみして下さい。

7月14日 [日] 13:00~14:00/14:30~15:30	7月16日 [火] 10:00~11:00/11:30~12:30	7月31日 [水] 10:00~11:00/11:30~12:30
8月1日 [木] 13:00~14:00/14:30~15:30	8月17日 [土] 10:00~11:00/11:30~12:30	
●定員 / 各1人まで	●対象 / フットケアにご興味のある方	●参加費 / 5,000円
●予約締切 / 各回前日 15:00 まで		

HPはこちら

nanairo フットケア ☎042-508-2813
青梅市新町 6-14-19

ALL3 は真ん中ではなかった!!

まなぶ

将来を見据えた高校入試と逆転の大学入試！

高校入試・大学入試の現状や、大学入試を見据えた高校選びなど幅広い方々に聞いていただけたら幸いです

7月28日 [日] 14:00~15:00	8月4日 [日] 13:00~14:00
●定員 / 各10人まで	●対象 / どなたでも参加可能です。
●参加費 / 0円	●予約締切 / 各回2日前の23:00 まで

HPはこちら

駐車場はご用意しておりません。お車でお越しの方は周辺の駐車場をご利用ください。

個別指導塾エクセルシア河辺校 ☎0428-20-7001
青梅市師岡町 4-12-3 第一久保ビル3階

トータルビューティーコース 体験講座

美容・健康

当院のプロフェッショナルな施術陣が、あなたの美と健康を心からサポートします。はり整体で体のバランスを整え、美容はりで内側から輝く美しさを引き出します。この特別なコースで、リラックスと美の融合をご体験ください。あなたの美と健康への新たな一歩を、私たちは応援いたします。

7月19日 [金] 9:00~11:00/15:00~18:00	7月26日 [金]	8月2日 [金]	8月23日 [金]	8月30日 [金]
●定員 / 各1人まで	●対象 / お身体の歪みをとのえ姿勢からお肌まで綺麗になりたい方	●持ち物 / ぶぶれの心配のある方は、フェイスシートをお持ちください。	●参加費 / 通常価格11,000円が特別価格6,600円	●予約締切 / 各回前日 12:00 まで

HPはこちら

六万通りはりきゅう接骨院 ☎0428-21-2215
青梅市東青梅 3-15-1
【受付時間】 月火木金土 9:00~12:00/15:00~19:00 ※土曜日は午前中のみ

こころも身体も経済も元気に 変える睡眠改善メソッド

まなぶ

心地よい眠りは人生を変える！
寝る時間を削ることは、知らぬ間に健康も経済も脅かし、今や睡眠の問題は子どもにも影響が出ています。枕を変えただけでは変わらない危機的現状を知り、すぐに取り組める最新の睡眠改善メソッドで心も身体も経済も元気にしましょう。

※オンライン講座です

7月20日 [土] 10:00~11:40/14:00~15:40	7月26日 [金] 10:00~11:40/20:00~21:40	7月28日 [日] 14:00~15:40/20:00~21:40
7月29日 [月] 20:00~21:40	8月1日 [木] 20:00~21:40	

- 定員 / 各4人まで
- 対象 / 子育て中のパパとママ 睡眠健康改善したい方健康経営に興味ある方
- 持ち物 / (録音・録音・画像保存はできませんので) 筆記用具と飲み物をご準備ください
- 参加費 / 1,000円
- 予約締切 / 各回前日 20:00 まで

各回限内内容です。学びを深めるため、選れた参加や途中退出はお断り致します。お時間外余裕をもってご参加をお願いします。
スマイルコーチング ☎smilecoaching39@gmail.com
http://smilecoaching.jp/

税理士と学ぶ経営はじめの一步 ~会計編~

まなぶ

経営のはじめの一步、会計について税理士と一緒に学びませんか？
日々の会計処理、決算について、税理士がお答えします。
※料金は1時間の金額となります。

8月14日 [水] 14:00~15:40	9月11日 [水] 14:00~15:40	10月9日 [水] 14:00~15:40
-----------------------	-----------------------	-----------------------

- 定員 / 各回1組まで
- 対象 / 会計や税金のことについてこれから学びたい方
- 参加費 / 10,000円
- 予約締切 / 各回1週間前まで

むらたみ税理士事務所 ☎0428-84-0661
青梅市野上町 4-12-4 フェルドミール102 ☎tax@muratarumi.com

肩揉みほぐし 10分体験

美容・健康

身体の疲れがとれない方、肩こりが強い、眠れない、頭が重いなど不調のある方はお試して体験できます

7月17日 [水] 10:00~12:00	7月24日 [水] 10:00~12:00	7月31日 [水] 10:00~12:00
8月7日 [水] 10:00~12:00	8月14日 [水] 10:00~12:00	

- 定員 / 各1人まで
- 対象 / 楽家が初めての女性の方限定
- 持ち物 / フェイスタオル1枚
- 参加費 / 1,000円
- 予約締切 / 各回前日まで

楽家 ☎0428-23-4311
青梅市二俣尾 2-418-6

アーユルヴェーダ & ハーバルケア講座

美容・健康

自分らしい人生を送るために「心、体、魂」全体を整えることが大切、とするアーユルヴェーダを基本にした講座です。
自分の整え方が分からない方
自然の力を取り入れたい方
HSP、エンバシなどで日常にストレスや緊張を感じやすい方
初心者の方にも、ハーブやアロマを使って生活に癒しとリラクゼーションを取り入れる方法を伝えます。

※講座終了後、ご希望の方には「第六感を鍛えるカードの会」(参加費1500円)もご用意しています。

7月16日 [火] 13:30~15:00	7月29日 [月] 14:30~15:30	8月1日 [木]
9:30~11:00/17:00~18:30	8月27日 [火] 10:00~11:30	9月3日 [火] 10:00~11:30

- 定員 / 各3人まで
- 対象 / 女性の方だけでなく男性の方も参加可能
- 持ち物 / 筆記用具、お持ち帰りの袋
- 参加費 / 1,500円
- 予約締切 / 各回前日 12:00 まで

アーユルヴェーダ&ヒーリング hanauta ☎hanauta201804@gmail.com
青梅市新町 7丁目
(住所詳細はご予約時にお知らせします)

ヒーリングタッチセラピー®を学んでみよう

美容・健康

心を弱めた方や高齢の方へ、柔らかいタッチで心と身体を緩めます
今回は、背中へのタッチと傾聴の姿勢を学びます。
本講座は2人組で受講していただきます。お友達お誘い合わせの上、お申込み下さい。

7月23日 [火]、8月24日 [土]	9月11日 [水]
10:00~11:00/14:00~15:00	

- 定員 / 各4人まで
- 対象 / どなたでも
- 持ち物 / 筆記用具、浴用タオル1枚
- 参加費 / 2,000円
- 予約締切 / 各回5日前まで

リラクゼーションサロン「エアシャレン」 ☎090-8519-4370
青梅市野上町 4-8-15 エアシャレン

