

無料カウンセリングのご案内

～今の自分を、少し大切にしてあげたい方へ～

毎日を頑張って過ごしていると気づかぬうちに
心や身体が疲れてしまうことがあります。

「なんとなく調子が出ない」

「このままでいいのかな、と感じることがある」

「本当は、少し立ち止まって話を聞いてほしい」

そんな時に

気軽にお話しできる場所として

無料カウンセリングを行っています。

これまで

リンパケア・リフレクソロジー・ヨガ

・瞑想・脳科学など

心と身体を整える学びを重ね

のべ1500名以上の方と向き合ってきました。

カウンセリングでは
今の心や身体の状態や日々の過ごし方を伺いながら
無理なくできるセルフケアのヒントを
一緒に見つけていきます。

答えを出さなくても大丈夫です。
ただ話すだけでも心が軽くなることがあります。

実施時間
10:00～16:00の間
(所要時間：30分～60分)

ご希望の方は
LINE公式より
「無料カウンセリング希望」
と、ひと言メッセージをお送りください。



[← トップページへ戻る](#)