

## スウェーデン式マッサージコース

### 【スウェーデン式マッサージとは】

スウェーデン式マッサージ(スウェーディッシュマッサージ)は、1830年代に考案された技法で、世界で最も活用されているオイルマッサージの技法です。

この技法は、天然の植物油を用いて、筋肉に対して滑らかに働きます。

当コースは少人数制で、スウェーデン式マッサージを理論および技術の両面からしっかりと学びますので、初めてオイルマッサージを学ぶ方にも正しい技術を習得できます。



スウェーデン式マッサージの効果は、循環を促進させて血液やリンパの流れを促して老廃物の排泄を助けることにより、緊張を取り除いて、ストレス解消やリフレッシュ効果を促進します。

また、皮膚に天然オイルを塗布するため、オイルに含有している有効成分により、皮膚の乾燥を予防し、皮膚に滋養を供給して新陳代謝を高めます。

**スウェーデン式マッサージは以下のような方におススメです!**

- ・パソコン作業が長くて肩や首、腕が痛い
- ・腰が痛い
- ・脚がむくむ
- ・頭痛がする
- ・末端が冷える
- ・疲れが取れない
- ・ダイエットしたい など

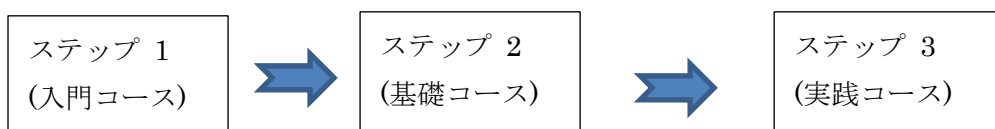
### 【コース受講について】

\* 他校でアロマセラピーマッサージを学ばれた方は、ステップ1は免除となり、ステップ2(基礎コース)から受講していただけます。

\* ステップ2(基礎コース)以降は、解剖生理学(講習時間: 30時間以上)を履修した方に限ります。

解剖生理学を受講していない方は、当校の解剖生理学講義(有料)を受講していただくことが可能です。  
詳細は、スクールにお問合せ下さい。

\*スウェーデン式マッサージコースを受講後、1年以内に IFA 認定アロマセラピーコースを受講された方は、IFA アロマセラピーコースの受講時間数として認めます。



| <b>【ステップ 1】 スウェーデン式マッサージ 入門コース</b> |  |
|------------------------------------|--|
| 講習内容                               | <p>身体の触れ方、スウェーデン式マッサージの姿勢や体の使い方を学びます。</p> <p>手技: 大腿部のエフルラージュを習得します。</p>                                  |
| 受講日数                               | <p>2日間 (10時～13時) (6時間)</p> <p>金曜コース 9月開講 2018年9月14日(金)、21日(金)</p> <p>日曜コース 9月開講 2018年9月16日(日)、23日(日)</p> |
| 対象者                                | <p>初めてオイルマッサージを学ぶ方が対象。</p> <p>今までにオイルマッサージを学んだことのある方は免除制度がございます。</p>                                     |
| 受講料                                | <p>2万8千円 (税別、テキスト代込)</p> <p>最低履行人数: 2名</p>   |
| お申込方法<br>お申込締切日                    | <p>開講日の2週間前までにお申込ください。</p> <p>2名以上のお申込で開講が決定いたします。</p>   |

| <b>【ステップ 2】 スウェーデン式マッサージ 基礎コース</b> |   |
|------------------------------------|---|
| 講習内容                               | <p>スウェーデン式マッサージの基本手技を学びます。</p> <p>実技: 脚(下腿)・後面のスウェーデン式マッサージ実技<br/>脚(下腿)・前面のスウェーデン式マッサージ実技<br/>背中のスウェーデン式マッサージ実技<br/>腕(前腕)のスウェーデン式マッサージ実技</p>                |
| 授業日数                               | <p>4日間 (12時間)</p> <p>金曜コース 10月開講 (10時～13時)<br/>2018年10月5日(金)、12日(金)、19日(金)、26日(金)</p> <p>日祝コース 9月開講 (14時～17時)<br/>2018年9月30日(日)、10月8日(月祝)、14日(日)、21日(日)</p> |
| 対象者                                | <p><b>【必須】</b> 解剖生理学(最低 30時間以上)を履修していることが必要<br/>入門コースを受講した方 または アロママッサージ実技を履修した方</p>  |
| 受講料                                | <p>6万円 (税別、テキスト代込)</p> <p>IFA コース修了生 4万8千円 (税別、テキスト代込)</p> <p>最低履行人数: 2名</p>  |
| お申込方法<br>お申込締切日                    | <p>開講日の2週間前までにお申込ください。</p> <p>2名以上のお申込で開講が決定いたします。</p>  |

| <b>【ステップ 3】 スウェーデン式マッサージ 実践コース</b> |  |
|------------------------------------|--|
| 講習内容                               | <p>実践に役立つ、スウェーデン式マッサージの知識と技術を習得できます。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・脚・後側全体のスウェーデン式マッサージ実技</li> <li>・脚・前側全体のスウェーデン式マッサージ実技</li> <li>・背中のスウェーデン式マッサージ実技</li> <li>・腕全体のスウェーデン式マッサージ実技</li> <li>・全身スウェーデン式マッサージの査定</li> </ul> <p>※ 最終日の査定修了者には、スウェーデン式マッサージ受講修了証を発行いたします。</p> |
| 授業日数                               | <p>4日間（16時間）</p> <p>金曜コース（10時～15時）</p> <p>2018年11月16日(金)、30日(金)、12月7日(金)、14日(金)</p> <p>日曜コース（14時～18時）</p> <p>2018年11月11日(日)、18日(日)、25日(日)、12月9日(日)</p>   |
| 対象者                                | <p>必須】解剖生理学(最低 30時間以上)を履修していることが必要</p> <p>基礎コースを受講した方</p>  |
| 受講料                                | <p>8万円（税別、テキスト代込）</p> <p>当 IFA コース修了生 6万4千円(税別、テキスト代込)</p> <p>最低履行人数: 2名</p>   |
| お申込方法                              | <p>開講日の2週間前までにお申込ください。</p>   |
| お申込締切日                             | <p>2名以上のお申込で開講が決定いたします。</p>  |

## スウェーデン式マッサージコース 講師

### 田代直子

IFA 認定アロマセラピスト、IFA 認定プリンシパルティーチャー

1995年より精油会社勤務、精油メーカーでのアロマ講座の講師を担当。1997年よりホテル内スポーツクラブにてアロマトリートメントを行う。2001年より、医院（内科・神経内科）にてアロマトリートメント担当。2002年よりアシスタントを経て、現在は講師として指導に携わる。2004年より個人サロン「TUBEROSA」にて活動中

### ベンゼル智子

IFA 認定アロマセラピスト、IFA 認定プリンシパルティーチャー、按摩マッサージ指圧師

1995年、渡英中にジャーメイン・リッチ女史に師事し、イギリスの補完代替療法に基づいたアロマセラピーを習得。18年間リッチ女史のアシスタントを務める。1998年より緩和ケア病棟で、がん患者へのアロマセラピーマッサージを担当。ホスピス、長期療養型病棟、クリニック、高齢者福祉施設などで、がん患者や脳血管障害後遺症、代謝性疾患、うつ病などの精神疾患へのアロママッサージを行っている。