

地域交流型女性応援プロジェクト

わたし再発見ラボ

9.18 2026
FRY

10:00-13:00

場所/宇治市産業振興センター

参加費/3000円(セルフケアアイテム代込)

自然体で、エイジレスな身体へ

present to you

ケアアイテムプレゼント

¥5,000相当のケアアイテム

ご自宅でもすぐに実践できるので、学びをそのまま継続していただけます

premium lesson

考案者から直接学べる

サロンケアをご自身で

梅奈式リンパエステ考案者がサロンで実際に取り入れているケアをわかりやすくお伝えします

Get together

交流会あり

気軽に講師と話せる時間

セルフケアを楽しみながら、身体のお悩みや気になることを参加者同士で話せる時間



心と体を
ととのえる



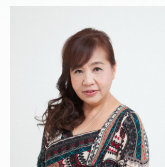
女性限定 天然ヒバでゆるめるセルフボディメンテナンス

木のぬくもりを感じるスレンダースティックを使い、呼吸を整えながらこり固まった筋肉をゆるめ、心地よく身体をほぐしていきます。しなやかで弾力のある、やわらかな身体づくりを目指すセルフケアです。スティックは当日お持ち帰りいただき、ご自宅でもご活用いただけます。

はじめまして

自分自身の慢性的な不調を改善したいと美容業界に飛び込み、自分の身体とお客様一人一人の身体と向き合うことでうまれたオリジナルメソッド。全国から訪れるお客様の健康と美のサポートと、セラピストの育成を行っています。年齢を重ねても心も身体も健やかに過ごせる方を増やすため、毎日の暮らしに取り入れられるケアをお伝えしています。

インストラクター
梅奈ひとみ



大人を増やしたい!

Kulaプロジェクト

イベント・学び・つながりの場を発信中

詳細はInstagramで随時発信!
お申し込みは申込フォームから受付しております。

イベント情報を発信中!



詳しくはInstagramへ

わたし再発見ラボ



お申込みフォーム