



Linking Smiles

NEWS RELEASE



hotel nikko tokyo

2014年9月3日
ホテル日航東京

アロマテラピー第一人者 日下部知世子氏がナビゲート
SPA 然 TOKYO「ビューティーセミナー～メンタルドック®～」
2014年11月19日(水)

<http://www.hnt.co.jp/archives/8219>

- 健康に良いストレスと悪いストレスの把握
- アロマテラピーを使ったストレス対処方法について

ホテル日航東京(東京都港区台場 総支配人:本中野真)は、SPA 然 TOKYO(スパゼン トウキョウ)にて、アロマテラピー第一人者の日下部知世子氏のナビゲートで、ストレスマネジメントの方法が実践できる「ビューティーセミナー～メンタルドック®～」を2014年11月19日(水)に開催いたします。



本セミナーでは、「緊張」「抑うつ」「怒り」「活気」「疲労」「混乱」の6つの尺度から気分や感情の状態を測定出来る日本語版POMS(ポムス)という検査表を使って、POMS 事例集に関する著書(出版:金子書房)をもつ日下部氏がお客様のストレス度チェックを行い、ご自身のストレスを把握していただくメンタルドック®を体験していただきます。ストレスには、良いストレスである“プラス ストレス”と、悪いストレスである“マイナス ストレス”があります。ストレスそのものは、病気ではないのですが、“マイナス ストレス”やストレスの過剰状態が続くと発病の危険性も高まってきます。長年の研究を重ねたアロマテラピーを使ったストレス対処方法についてご紹介いたします。

「ビューティーセミナー」では、フランスでアロマテラピー(芳香療法)やフィトセラピー(植物療法)を学び、日本のアロマテラピーの第一人者と呼ばれる日下部知世子氏が、毎回テーマを変えて豊富な知識をレクチャーいたします。ハーブティーとスイーツが用意されたアットホームな雰囲気の中で、美について学ぶ有意義な時間をお過ごしください。SPA 然 TOKYO は美と健康を追求するお客様をサポートし、日常の疑問や知識の情報交換をできる場を今後も提供してまいります。

■「ビューティーセミナー～メンタルドック®～」概要

日 時 : 2014年11月19日(水)14:00～16:00
場 所 : 1F 中宴会場「ジュピター」
料 金 : 1名様 5,000円 ※消費税、サービス料別。
定 員 : 20名様
内 容 :

- ①日下部知世子氏によるセミナー
- ②スイーツ&ハーブティー
- ③SPA 然 TOKYO 入場券

ご予約・お問合せ:SPA 然 TOKYO Tel:03-5500-5520

<ビューティーセミナー:今後のスケジュール>

12月17日(水) フレグランスキャンドル

<日下部知世子(くさかべ ちよこ) プロフィール>

1981年よりフィットセラピー(植物療法)とアロマセラピーを実践。オーガニックな植物はあらゆる健康上の問題を解決してくれる事を提唱。フランスのアロマセラピーの父と呼ばれた故・ジャン・ヴァルネ博士の哲学を学び、2001年ヴァルネ夫人より正式な継承者として認められる。2003年フランス グラス市で行なわれた世界植物芳香療法学会にて、同市の招きにより研究発表を行なう。ヨーロッパの著名なアロマセラピー研究者たちとの交流も深く、日本で初めてスポーツアロマセラピーを実践し、トップアスリートのフィジカル&メンタルコンディショニングに携わっている。アロマセラピーでのメンタルケアの実践も行い、化粧品の開発も行っている。SPA然TOKYOのアロマ化粧品も開発。

著書:グラフ社「アロマティックライフ〜キレイと元気をとりもどす〜」(2008年)



■SPA然 TOKYO

東京にいながらリゾート感あふれる「SPA然 TOKYO」は、日本人が持つ独特の美意識を取り入れたインテリアの中で自然の温かみを感じながら、心身ともにリラックスしていただける空間が広がっています。東京湾を望む屋外ジェットバスやリゾート感あふれる開放的なプールなど充実のスパ施設を備えております。また、近隣にはランニングコースも充実しており、ランニングステーションとしてもご利用いただけます。

住 所 : 〒138-8625 東京都港区台場1-9-1 ホテル日航東京5F
Tel: 03-5500-5520 Fax: 03-5500-5521
時 間 : 7:00~22:00(プログラムは、10:00~21:30)

SPA然 TOKYO



■ホテル日航東京

名 称 : ホテル日航東京
代 表 者 : 総支配人 本中野 真
所 在 地 : 〒135-8625 東京都港区台場1-9-1 Tel 03-5500-5500(代表)
客 室 数 : 453室 (全室バルコニー付)
ア ク セ ス : 新交通ゆりかもめ「台場」駅 直結。

