
(一社)
セルフケアヘルパー
エイジング協会

2025年4月22-23日
場所：宇津江町十八歳 / 瑞祥寺光寺
(岐阜県瑞祥高山寺)

自分へのご褒美： 忙しい人のための セルフケア合宿

心と体の両方を時短で健美へ導く方法教えます



北本 梨葉
セルフケアヘルパー
エイジング協会理事
心臓科医士



大下 大樹
健康で長生きを
目指す生活習慣の専門家



遠藤 亨
オタク・ゲーマー・漫画家
読者インストラクター



石塚 希子
アロマセラピスト
ボディケア

spafangohg@gmail.com
