

# リラクゼーション腸活®ご案内



2011年から始まった「リラクゼーション腸活®」は、リラックス状態を作り出しながら腸にアプローチすることで、さまざまな不調の改善を実現してきました。

腸ケア、メンタルケア、ストレスデトックスに非常に高い効果をもたらす、新しい「腸活」です。

# 腸活×リラクゼーションの 新技術を身につける！

実技32時間＋プロのアナウンサーの声で学べる  
動画学習＋個別フォローで徹底サポート。短期  
間で即戦力になる実践型資格講座！



技術習得はもちろん、仕事化まで支援！現場を知る講師の個別サポート6回付き。家庭学習動画も充実で、確かな腸活リラクゼーション技術をあなたに。

実技重視の32時間集中講習で、未経験でも確実に技術を習得。プロのアナウンサーが朗読する高品質動画教材で、ご自宅でも分かりやすく何度でも復習可能。

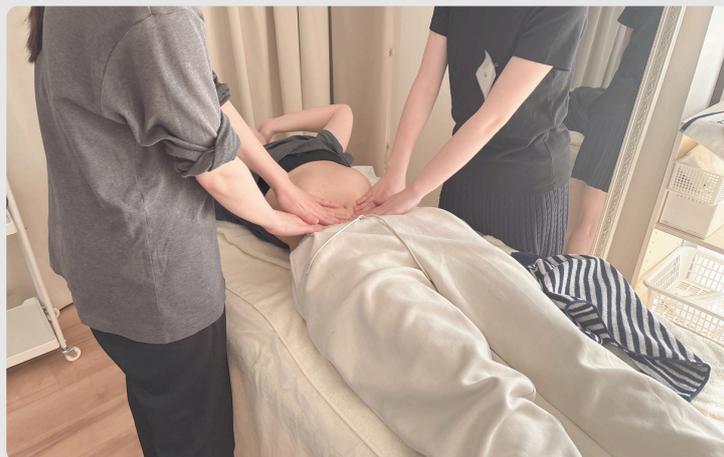
個別フォローアップ30分×6回 付きで技術面はもちろん「仕事にするための相談」までを徹底サポート。



**[資格を活かして新たな仕事や副業を始めたい方]**

- 腸活やリラクゼーションに興味があり、確かな技術を体系的に学びたい方
- 自宅学習も並行して効率よく習得したい方
- 個別に質問や相談のできるサポートを重視する方

# 講座内容・カリキュラム・料金



## [基礎理論（リラクゼーション腸活とは）]

▶ 4H/1日

・実技講座（施術手技の習得、ケーススタディ）

▶ 32H/7日

・動画教材（22章構成、テスト出題ポイントをプロのアナウンサーが丁寧に解説）

・個別フォロー（技術の質問、仕事の始め方相談、営業・集客アドバイス）

※zoom・LINE・電話・チャットにて対応

▶ 30分/6回

## [受講料金]

税込660,000円/試験料別途11,000円（現金一括払いのみ）

受講後すぐに実践・仕事に活かせる相談+万全の個別サポート付

他の講座とは違う「実技+家庭学習動画+個別指導」のトリプルサポート体制

※実技対面個別フォローは別途となります。（60分 16,500円（税込））

[群馬県外への出張講習賜ります]

3名以上で可（地域により応相談）また、出張の場合、試験料が変更となります。

# 受講生の声



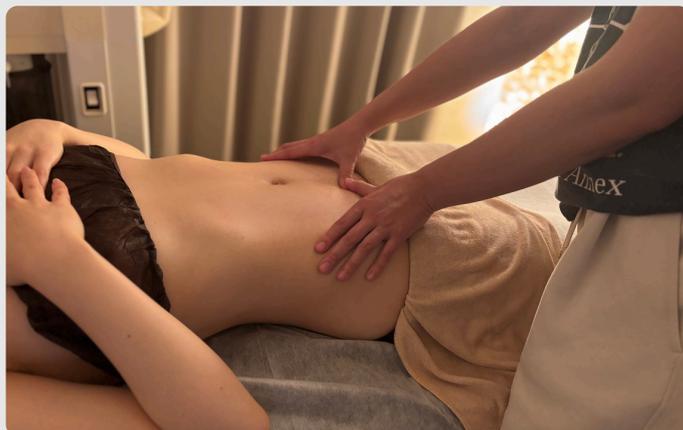
## [喜びの声]

「仕事にする不安があったけど、個別フォローがあったので具体的な仕事の進め方がわかった」「リラクゼーション資格は色々あるけど、医師認定の資格で安心」「思ったより難しい内容ではなかった」「これだけ充実しててこの資格は安いと思った」「仕事と両立できるカリキュラムだったので良かった」

## [期待との相違点]

「もっと専門的な勉強だと思っていた」「テキストがわかりやすい所とわかりにくい所があった」「技術以外で知りたい事を学びたい」

# 受講生の声より改善された 新しいプログラム



[改善致しました]

「もっと専門的な勉強だと思っていた」

- 2026年以降に国家資格者や専門講師による「解剖学講座」と「腸脳メンタル管理士®講座」が開始。腸に関する専門的な学科を習得したい方向け。

「テキストがわかりやすい所とわかりにくい所があった」

- 3期生よりテキストが新しくなりました。

「技術以外で知りたい事を学びたい」

- 新体制フォローアップの追加導入で（30分×6回開催）受講生の不安を解消できるよう努めてまいります。

# 実技・学科テスト



(名前 )  
各10点満点/150点 (合格ライン130点中 点)

	密度	リズムスピード	強弱
足			
背中			
腰			
顔とデコルテ			
お腹			



## [実技テスト]

- (1) 実技テスト内容 (60分)  
リラクゼーション腸活® 5部位全ての手技
- (2) 評価基準の設定  
技術面 (手技の正確さ、力加減、手順の遵守、タオルの扱い方)  
施術前準備 (身支度、手洗い、マスク、口臭体臭)  
接客態度 (話し方、声かけ、マナーなど)  
時間管理 (制限時間内に終了できているか)
- (3) 評価方法  
2名の試験管によるチェックリスト・採点

## [筆記テスト]

在宅でテストを解いていただき、提出してください。

- (1) 腸脳メンタル管理士®学科 (初級)  
25点
- (2) リラクゼーション腸活®  
75点 (合計100点/合格80点)  
※出張講習の場合は郵送でお願いしております。

# ディプロマ・資格の更新について



## [修了証]



## [更新ステッカー]

更新日：資格発行日より2年

更新内容：①テキスト情報の追加②実技チェック

受講対象者：既存受講者

受講方法：対面

受講料：16,500円（税込）

更新講習後、協会認定ステッカーを後日発送致します。

申込方法：更新月の2ヶ月前に当協会よりお知らせメールを送りますのでウェブサイトよりお申し込みください。

更新ステッカーには、有効期限が明記されております。このステッカーは店舗や施術スペースに貼っていただくため、お客様に対して「最新の技術と知識を継続的に習得している信頼できるプロフェッショナル」であることをアピールできます。

お店の信用向上や集客にもつながり、最新情報や技術を継続的にアップデートすることで、業界内での信頼性や競争力が高まり、よりスムーズにお仕事を進めていただけます。更新をされない場合は、最新の知識や技術の習得が難しくなり、業務上の対応に支障が出る可能性もございます。

皆さまのキャリアをより良いものにするためにも、ぜひ積極的な資格更新をおすすめ致します。

# 申し込みまでの流れ

「まず何をしたらいいの？」

「受講希望」とご記載頂き、当協会メールに  
①お名前 ②ご住所 ③電話番号 ④年齢 ⑤性別 を送信して下さい  
(※記入漏れが無いよう、お願い致します。)

↓

事務局から返信メールが届きます

↓

ホームページの受講規約を読んで頂き、必要事項を管理事務局にメール  
送信

↓

管理事務局より振込先が届きます

↓

振込後、管理事務局に振り込み完了メールを送信

↓

ご指定住所に（実技テキスト/在宅ワーク学科SDカード/受講スケジュール）  
を発送を致します。

# 受講生にご準備いただくもの

## （1日目座学）

筆記用具、飲み物、昼食

座学と実技テキスト、ノート、スリッパ

## （2回目以降の実技講座持ち物）

筆記用具、バインダー、バスタオル2枚、フェイスタオル6枚、スリッパ、飲み物、昼食、エプロンなど服を汚さないようにするもの、実技使用のオイル、座学と実技テキストファイル、名札

## （試験日）

バスタオル2枚、フェイスタオル6枚、スリッパ、飲み物、エプロンなど服を汚さないようにするもの、実技使用のオイル

※ オイルは受講生の肌トラブルなどが起きぬよう、各自で用意頂いております。必要であれば推奨オイルをご紹介致します。