

リゾートで暮らすような日常を
手に入れるヒント

ロミロミ読本



ハワイの癒しスキル[ロミロミ]で
リゾートに暮らすような日常と
やりがいある生活を手に入れる
ヒントをまとめてみました。

ロミロミってなに？

ロミロミとは「マッサージ」を意味するハワイ語。ハワイではカメハメハ大王がハワイ王朝を築いたはるか昔から、薬草と自然の恵み、そしてロミロミ(体を揉むこと)で病気を予防し、さらに病気や故障を治療してきた歴史があります。



長い時間をかけ試行錯誤することで、現代の医学にも劣らないマッサージ療法のスキルとして育ったのがロミロミです。現代においては、ハワイ生まれのウェルネスライフに欠かせない自然派リラクゼーションマッサージとして有名になりました。



もともとロミロミはカフナ・ラパアウという優秀な王家に仕える医者が数々の技を作ってきました。文献にあるだけでも30以上

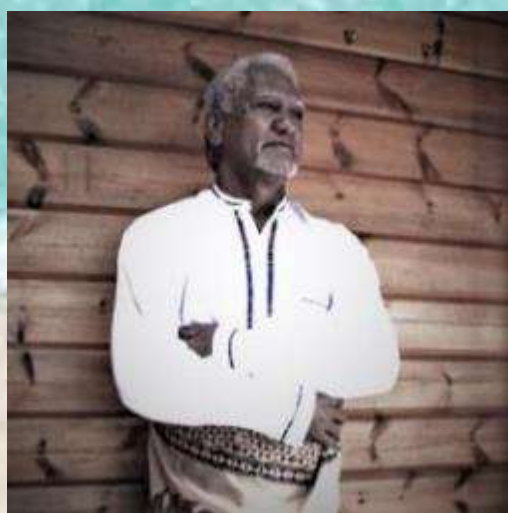
の技があり、すべてが包み込むように筋肉の深くまで揉みこむテクニック。揉み返しが無いのに、コリや疲れが楽になりやすく気持ちが良いといわれるのもこのためです。



さらにロミロミは生きるためのエネルギーである「マナ」を人の体に吹き込むためのナチュラルセラピーでもあります。高度な揉むテクニックとセラピスト

が持つ手の力（磁気や超音波、温かさ、気など）＝マナで人々を元気に行しているのです。

ハワイのロミロミ達人はこう言います。
「ロミロミは技術だけで人を癒すのではない。
大地や自然の生きる力〔マナ〕を患者（お客様）に吹き込むことで人を癒すのだ。」
「自然を愛し、人を愛し、穏やかな心を持って
いれば自然があなたに力を貸してくれる。」



クウイポの師匠
カイポ・カネアクア師

人を癒す技術を教えてくれるだけでなく、
人を育ててくれるのがロミロミなのです。

ロミロミに期待される効果

筋肉・コリをほぐす

疲労回復

免疫力の向上

超リラックス

リゾートで暮らすような日常を、 ロミロミ資格で手に入れませんか？

今、こんなことを感じていませんか？

- ワクワクした日常を送りたい
- 人々に役立つ仕事を持ちたい
- セラピストとして上を目指したい
- アロマの資格や知識を活かしたい
- 癒しの仕事に就職したい



ひとつでも当てはまったらロミロミライフ



ハワイ伝統の癒しを習得、
人々の健康と幸せを守り、
南の島の温かい心で人を癒し、
その対価としての報酬で、
リゾートな日常を送る。

たとえば、こんな生活はいかがですか？

ちょっと早起き。
目覚めたら、
かるく
体を動かす。



家族でフルーツな朝食。



昼はリゾートテイストの
サロンでロミロミ。



ロミロミは
人の笑顔と
元気を創るスキル。



ランチは
公園で
本など読みながら。



夜は娘と
フラレッスン。



ちょっとした考え方と習慣を変えることで
こんな生活を手に入れることができます。

リゾートな生活を手に入れるヒント

ワクワクした毎日、やりがいのある日々を送ることができるようになるのは、そんなに難しいことではありません。憧れの生活を手に入れた方々の多くが実践している方法を紹介します。

ほんのちょっとした考え方の転換と日常の小さな行動の積み重ねが大きな変化を生み出します。

① 「未来の1日ストーリー」を明確に。

自分の未来、たとえば1年後、5年後の姿を思い浮かべたことはありますか？ 調査では90%以上の人が「最近考えたことはない」という答えなのだそう。たとえば前頁までのようなリゾートで暮らすような日常を送りたいと思ったら、朝起きてから夜寝るまでの生活「未来の1日ストーリー」を具体的にイメージして絵を描く、文章にすることをしてみましょう。

② 「未来の1日ストーリー」を1日1回、
深呼吸とともに脳内で再生してみる。

未来の自分の1日をイメージできたら、毎日3分だけ早起きして深呼吸をしながらそのイメージを脳内で再生してみましょう。7つ数えながら息を吸って、1拍おいてから、7つ数えながら息を吐く。心を落ち着けて、しっかりと自分の将来をイメージしつづけると、あなたの運はそのイメージに向かって自然と動き始めます。



③ まずは小さなことから 1日ひとつでも
いつもと違った決断して実行する。

食べたことのないお菓子を食べてみる、帰宅の道を少し遠回りだけど景色の良い道に変えてみる、少しだけ早起きして体を動かしてみる…。なんでもいいので少しだけいつもと違う選択をしてみましょう。ほんの少しずつ何かが変わっていくはずです。このときに大切なのはあなたの「未来の1日ストーリーに一歩ずつでも近づいていく「前向き」な決断をしていくことです。



④ 夢に向かってなにかを学ぶ。

たとえばロミロミセラピストを目指すのであればロミロミを学ぶ、そして開業が目的なのであればお店の集客や経営を正しく学ぶ。それがパン屋さんを始めるのであっても、レストランを始めるのであっても、WEB デザイナーを目指すのであっても、スーパー主婦を目指すのであっても一緒です。自分の憧れる世界のプロになるためには正しい先生について正しい技術やノウハウを学ぶことが最も重要なことなのです。



⑤ ときどきは夢に向かって大きな決断を。小さな決断と変化はたまに大きなチャンスを創ってあなたの前に大きな決断をせまることがあります。その時には落ち着いてしっかりと考え、いろいろと調べ、人に相談するなどして、勇気をもって正しい決断と行動をしてください。一步前に進むのも、一步前に進まずにじっくりと腰を落ち着けるのも、どちらも勇気のある行動なのです。大切なのは自分で考え、調べ、判断して自分を信じて行動することです。

あなたのひとつひとつの行動が、あなたを理想の生活実現に向けて導いてくれます。



ロミロミセラピストになるということ

- ① 人の笑顔を作るお仕事です。
- ② 日常生活がウキウキします。
- ③ 自分自身が健康になります。
- ④ 自慢できるライフワークです。



- ⑤ しっかり稼げる「手に職」です。
- ⑥ セラピスト仲間ができます。
- ⑦ 独立・開業に向けた技術です。
- ⑧ 求人が豊富で就職に有利です。



クワイポが
ロミロミ資格の取得で
あなたの憧れの生活を
手に入れるお手伝いを
します。

ロミロミセラピスト、活躍の場

自由な時間に自由なペースでセラピスト業



家族を癒す

大切な家族の健康をロミロミであなただが守ることでファミリーがリゾートに暮らすような明るい日常を送れます。



就職する

クワイポの120以上の求人から選べます。リゾート求人はもちろんリゾートテイストなサロンの就職が待っています。



独立・開業する

クワイポの丁寧な指導のもと、自宅開業・賃貸開業・間借り開業・出張ロミロミで自分のリゾートサロンを演出できます。

クワイポロミロミスクール卒業生は...

- 卒業修了資格書・プロ認定資格書の授与
- LINE・メール質問を随時受付（無料）
- 補習（卒業後の技術向上レッスン）有
- 卒業生の集いなどイベントの開催



- 独立・開業・集客カウンセリング（無料）
専門家が企画、準備から集客、経営相談までじっくりと相談に乗って成功に導きます。
- 豊富なセラピスト求人情報の提供（無料）
全国120以上の求人からご紹介。沖縄有名リゾートの寮付き、社有車付き求人から各地リゾート、街中のリラクゼーションなど豊富な求人募集から選べます。

ロミロミを学ぶことに
興味のある方は画像をクリックして
デジタルパンフレットをチェック



クウイポロミロミスクール
School Guide



クリックするだけ。
ロミロミの学び方を
チェック！