

リラクゼーションセラピスト養成科（託児・短時間）

職業訓練 受講者募集

定員

12名

募集期間

R8年1月19日
～2月16日

技術と知識を
身につけて
いきたか
ちやみつか
しまったか
しませんでしたか？



初めて解剖学や施術を詳しく学ぶことができて充実した時間でした。リラクゼーション業界の方から仕事の事や職場の事を聞くことができました。 20代 女性

人を癒す事の喜びを知りました。子育てにも生かせるし、身体の変化が嬉しかったです。同じ志をもった人達と仲良くなれて楽しかったです。 40代 女性

堅苦しくなく先生も話しやすく楽しいです。技術も繰り返し練習するので頭ではなく身体で覚えてます。 50代 男性

初心者の私でも取り組みやすい訓練でした。丁寧にわかりやすく説明があり、楽しく施術練習できました。生活習慣の指導についての内容は目からウロコの内容で是非学んでいただきたいです。 30代 女性

当初自分にできるか不安でしたが、初心者向けに施術をわかりやすく教えて頂きました。初めて自分の食事管理を毎日実施したら、食事内容と自分の体調の変化があることがわかったのが驚きでした。 50代 女性

講師、受講中の方に直接質問ができ、不安が減り65歳の私でも「やれそう」と思い受講を決めました。訓練生ひとりひとりにあった熱心に、分かりやすく楽しく指導してもらえました。 60代 女性

訓練期間： 令和8年3月10日(火)～令和8年7月9日(木)4か月（86日間）

《3/28,4/18,4/25,5/9,5/15,5/22,5/23,6/27はオンラインによる訓練日》 職場見学(5/18、5/20)は10:00～14:25

訓練時間： 訓練開始時間 14:00～訓練終了時間 17:50

自己負担額： 受講料：**無料**《教材費8,800円（税込み）》
職場見学先への交通費は実費負担（見学2日）

選考日：令和8年2月20日(金) 選考方法 面接のみ

選考結果通知日：令和8年2月26日(木) 「職業訓練のチラシをみました！」とお伝えください。

090-6429-7530 担当 原

対象者の条件

自宅にスマホ、パソコン等の情報通信機器等を備え、通信費の自己負担ができる者。

※詳細は、住所地を管轄するハローワークにご相談ください。

受講できる方

年齢性別不問！未経験大歓迎！

求職者支援訓練を受講できる方は、一定の要件を満たす方です。※要件は下部をご確認ください。

詳細は、住所地を管轄するハローワークにご相談ください。

訓練目標（仕上がり像）

リラクゼーションセラピストとして、ボディケア施術、生活指導、運動指導をできるようになる。

託児サービスについて

託児施設名：こばと保育園（佐賀市兵庫北5丁目3-32 vic bldg.yumesaki II 1号）

このコースは、託児をご希望にならない方も受講可能です。

※受入人数には上限があります。

※託児サービスを利用される方は、

ベットパッド、帽子、共済掛金 3,815円・おむつ・着替えが必要となります。

※詳細については、事前にお問い合わせください。

オンライン訓練について

- ・総訓練時間320時間の内、16時間はオンラインでの受講となります。
- ・キャリアコンサルティングはオンラインで実施します。
- ・オンラインで訓練を受講する際の通信費は自己負担となります。
- ・パソコンやスマートフォン・タブレット等で受講ができます。（カメラ、マイク機能必須）通信機器等の貸与はありません。
- ・ソフトウェアはZOOMを使用します。
- ・受講者が用意した機器の不調により通信障害が多く発生した場合、新しい機器等の整備が出来なければ、訓練受講ができなくなる恐れがあります。
- ・インターネット接続環境が確実に整備されている必要があります。
- ・公衆無線LAN(Free Wi-Fi等)の使用はできません。
- ・オンライン訓練を開始する前に、事前説明とオンラインの接続テストを行います。

※求職者支援訓練を受講できる方は下部の全ての要件を満たす方です。

1 ハローワークに求職の申し込みをしていること

2 雇用保険被保険者でないこと（原則として雇用保険受給資格者でない方が対象ですが、受給資格者の方も対象となる場合がありますので、まずは窓口にてご相談ください。）

3 労働の意思と能力があること

4 職業訓練などの支援を行う必要があるとハローワークが認めたこと

◆求職者支援訓練を受講する方は、就職支援措置の実施に当たる職員の指導又は指示に従うとともに、自ら進んで、速やかに職業に就くように努めなければなりません。



訓練カリキュラム（訓練内容） 訓練時間 合計320時間（開講式・オリエンテーション、修了式4時間を除く）

学 科

安全衛生管理概論

安全衛生の基本、作業場の安全管理、身だしなみ、施設・設備・備品の清掃方法、器具の清掃・洗浄・消毒方法 ZOOM、Teams等の代表的なWEB会議用ソフト、グループウェアの利用方法・紹介等

2時間

ボディケアの意義

リラクゼーションの定義、ボディケアの役割・倫理

1時間

関連法規

保健医療関係法令の概要・禁止行為、生活衛生関係法令の概要・禁止行為

1時間

解剖生理学

ボディケアを行う際の筋肉や関節などの名称、起始停止、神経支配、働き、体の仕組み

80時間

栄養概論

ボディケアのために必要な栄養バランスの考え方、食生活・運動習慣の見直しにかかる指導方法

20時間

就職支援

履歴書・職務経歴書の書き方、面接のマナー、業界の研究、面接ロールプレイング

4時間

実 技

ボディケア基本施術演習

各部位の施術の実践、カウンセリング、準備・片付け

54時間

ボディケア応用施術演習

全身の施術の実践（全身）、定められた時間内に施術を行う方法

93時間

運動ストレッチ演習

リラクゼーション施設においてできる運動とストレッチの手順・部位の確認、運動とストレッチの指導、対グループでの運動指導、指導計画の作成

56時間

接客応対基本演習

来訪者の受付・説明・案内、電話応対、顧客情報管理、コミュニケーション

1時間

職場見学

「リラクゼーションセラピストの仕事」株式会社LifeSalon
「ボディケアのキャリア」和サロン

8時間



※選考会場、訓練実施機関名

なごみボディールーム

〒840-0831

佐賀県佐賀市松原3丁目3-20

JR佐賀駅から車で約15分。呉服元町の

バス停より徒歩5分。駐車場はない為、

車は近くのパーキングをご利用ください。

料金の相場は1日最大500円程度。

講師からのメッセージ

なごみボディールーム代表原和です。

業界歴15年。元調理師、元自衛官という経歴を生かし、ボディケア技術だけでなく生活習慣の改善にも取り組む独自のメソッドで佐賀県内や福岡県内はもちろん沖縄県から埼玉県までに約50名を超える生徒をサポートしています。幅広い知識を持ったスタッフがしっかり技術や知識をお伝えします。



【訓練受講のご相談・お問合せ先】このチラシをもって住所地を管轄するハローワーク窓口まで！