

チベット医学のホルメ（モンゴル灸）

ホルメとは

モンゴルから伝わり、
チベット伝統医学で発展したセラピーです。
赤い布で作った、4種類のスパイス
(シナモン、生姜、にんにく、ナツメグ) の入った
小袋を温かいごま油に浸し、からだのツボにあてていきます。
その後、オイルでトリートメントを行います。

～こんな時におすすめです～

緊張感やストレスが強い時
夜なかなか眠れない時
冷えやこりが気になる時
あたまもからだゆるんでリラックス
緊張感から解放されます。



セッション（スケジュール・メニュー）

月1回 第2木曜日 15時～20時（最終受付19時）

| | | |
|-----|--|-------------------------------|
| あたま | 足裏・手の平から始め、 あたまを中心にホルメをあてた後、 オイルでトリートメントを行います。 ※施術時間 約35分 ※着衣のままお受けいただけます。 首周りに余裕のある洋服でお越しください。 | 45分¥8,000 (税込¥8,800) |
| 全身 | 足裏・手の平、あたまから始め、 全身のツボにホルメをあてた後、 オイルでトリートメントを行います。 ※施術時間 約50分 ※着替えやすい服装でお越しください。 | 60分¥14,000 (税込¥15,400) |

担当

おのちあき

国際チベット医学認定 クニエセラピスト
Nejan Yoga インストラクター
GBLC 認定ホリスティックセラピスト
AEAJ 認定アロマアドバイザー
NPO 法人更年期と加齢のヘルスケア認定メノポーズカウンセラー

ご予約方法

前日16時までにお電話にてご予約をお願いいたします。

03-5572-7821

赤坂溜池クリニック（ホリスティックヘルス情報室）
港区赤坂1-5-15 溜池アネックスビル5階

※キャンセルされる場合、予約前日16時までに上記番号までお電話ください。

※当日キャンセルはセッション料の50%を頂戴いたします。