

「滋和堂」のある台北はこんなとこ

台北ってどんなとこ？

台北は、タクシーと MRT（地下鉄）を使えば楽に移動ができるため、初めての海外旅行者でも回りやすい都市といえます。台北市は東京 23 区の半分弱位の大きさです。日本との時差はマイナス 1 時間です。

台北で使われている言葉は？

中国の北京語が標準語とされ、学校教育は北京語で行われていますが、現地の 8 割以上の人々は台湾語を日常会話で用いています。台湾は親日的です。ホテルや土産物店では日本語が通じるところも多いです。



「千と千尋」の旅館のモデルになった九份。台北から小一時間ぜひ一度……。

滞在先について

宿泊ホテル(リンクワールド)は、別途手配可能です。料金：1泊/2300元～

- ・スタンダードシングル(朝食付き)
- ・ランドリーサービス
- ・24時間対応フロントデスク
- ・レストラン

その他：WiFi全室無料、エアコン、テレビ、冷蔵庫、ドライヤー、浴槽またはシャワー、トイレ

※時期によっては、このホテルの手配が難しくなりますので、予めご了承ください。このホテルが手配できない時は、同等レベルのホテル(滋和堂から徒歩5分～10分圏内)を手配いたします。

過ごしやすい？

台湾は 1 年中温暖で、明確な四季はなく、長い夏と短い冬があります。

春(3～5月)

晴れの日が多いですが、朝晩は冷えることもあります。比較的過ごやすく、観光に適しています。5 月は梅雨の季節になります。

夏(6～9月)

6 月は初夏で、昼間は 30℃ 近くになることもあります。梅雨の季節で日ざしも強くなり、気温湿度ともに高くなります。気温の高さには注意が必要ですが、観光はしやすいです。7～9 月は真夏で、気温もさらに高くなります。台湾では室内のエアコンを過剰に効かせてあるので、外出する際には薄手の長袖を持っていたほうが良いです。

秋(10～11月)

10 月になると、気温がだんだん下がりはじめ過ごやすくなります。しかし、朝晩は涼しくても晴れた日の日は暑くなることもあり、温度差には注意が必要です。まだ台風の手配はありますが、比較的観光はしやすいです。11 月は春のような気候で過ごやすく観光に適しています。

冬(12～2月)

基本的に日本の冬よりは暖かいです。実際の気温よりも肌寒く感じます。セーターなどが必要になることもあります。



庶民の台所、屋台で舌鼓。

●台北で観ておきたい観光地



お問い合わせ先：株式会社ナビックス グローバル ネットワーク

お問い合わせ：04-7136-1488

Email kanako.m@balimassageschool.com

千葉県柏市船戸 1-3-26-302

漢方診療所で学ぶ！

本格台湾リフレクソロジー

あなたも足裏マッサージの元祖店で学び、
本場のリフレクソロジー技術をマスターしませんか？



「滋和堂」で学ぶ技術育成プログラム

研修先となる滋和堂は、30 年以上の歴史をもつ、台湾旅行業界足裏マッサージの元祖店です。伝統医学と長年の実務臨床経験によって培われた専門的な技術育成プログラムを提供しています。授業はすべて台湾人講師が日本語で行いますので、中国語が話せない方でも言葉の心配は要りません。座学では学校独自の日本語のテキストを用いています。それぞれのレベルに合わせて初心者でもわかりやすいように指導いたしますので安心ください。コースは、初學者コース(6泊7日)及び、本格技術習得コース(13泊14日)の2種類をご用意しています。授業を終了した参加者全てには、「修了証明書」を発行いたします。滋和堂の足裏マッサージ療法は東洋医学「経絡穴道」を基礎として、手を用いて「直健法」(直接手の技などで施術する)により足裏マッサージをします。伝統的「穴位」療法(CHINESE REFLEXOLOGY)と同じで、指圧手法によって人体本来の自然反射を増強させ、治療効果を高めます。

自然療法 NATURE

大自然の四季の変化に対応し、個人の体質状況を変えることによって身体の健康を保ちます。これを自然療法と呼び、これこそが伝統医学理論の原点であります。これらの効果が血液の流れを良くし、ホルモン・神経・呼吸系統などを良好の状態に保つ。そして、免疫力を高め、同時にリラックスの状態を保つことができるときに、これを『原有の健康』と呼びます。

正確

足裏には 64 箇所の反射点があり、点、線、面といいます。反射区域を正確に刺激することが非常に重要なことであるため、もし正確に押すことができれば、内臓や器官を治療することはできません。

効果 CREATIVE EFFECT

足裏穴位マッサージの効用

- 伝統医学の人体エネルギー(気血)は血液の流れを改善します。
- 伝統医学は五臓六腑やその他の器官の働きを助けます。
- 血液循環を促進し、新陳代謝の機能を増強します。
- 内分泌機能の正常化。
- 自律神経等(精神の安定)を調節します。
- 免疫力の増強。

足裏は第二の心臓と呼ばれています。なぜなら、私たちが、二本の足で立っているからです。足(足裏・足先)は心臓から最も離れた場所にある関係で、引力の影響を最も受けやすいのです。なので、老廃物が残留しやすく、血液(静脈)・リンパ液の循環不良を生みだします。身体の不調を改善するため、足裏を刺激する動作=引き上げる作業はとても有効的な方法であると考えています。また、足部反射区をマッサージ中に浮腫み、痛み、しこり、しびれによる四つの症状の場合、反射区の場合に病気がありと考えられます。

初学者コース

まず足裏マッサージの基本『直健法』の概念と『反射区』の正確な刺激方法などを学んで頂きます。

開始日： 随時 ※現地祝祭日を除く
 期間： 6泊7日間
 研修時間： 講義5時間+実技10時間=合計15時間
 1日3時間（1時間講義、2時間実技）
 ※朝9時～（休憩なし 時間調整の可能性あり）



料金（5日間）
¥105,000

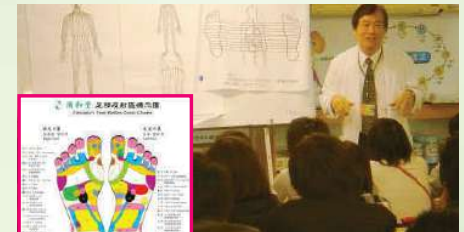
【料金に含まれるもの】
 入学金、授業料、海外送金手数料、各種手配料。
 【料金に含まれないもの】
 渡航費用、ホテル宿泊費、現地空港送迎料 [往復：桃園空港（片道：1,600円 / 往復：2,900円）、往復：松山空港（片道：1,000円 / 往復：1,700円）]、海外旅行保険料、料金に含まれない食費、個人的な諸経費、その他【料金に含まれるもの】以外のもの

日程	スケジュール
1	●日本発→空路、台湾へ ●台北着 ●出迎えを受けて車にてホテルへ
2～6	●9:00～10:00 講義研修 ●10:00～12:00 実技研修
7	●車にて空港へ ●台北発→空路、日本へ ●日本着

*現地学校の都合上、スケジュールは変更となる場合がございます。予めご了承ください。

講義内容

- 1 滋和堂足裏マッサージ 手の「直健法」の概念
滋和堂足裏マッサージの効用
足裏マッサージの診断方法・足の観察
- 2 施術の姿勢とポイント
施術前後の注意事項
「直健法」8種類の説明
足裏の反射区とは
足裏マッサージ反射区の手順
- 3 受講者の体の状態、希望にあわせたポイント指導
- 4 受講者の体の状態、希望にあわせたポイント指導
- 5 まとめ



▲座学風景。日本語による授業です。もちろん教科書も日本語です。
 ▲足部の反射区を示した図



▲受講者の体の状態、希望にあわせたポイント指導が行われます。

本格技術習得コース

本格的な足裏マッサージを習得したい方に最適！
 足健員（足裏マッサージ師）受験資格が得られる技術レベルまで完全サポートいたします。

開始日： 随時 ※現地祝祭日を除く
 期間： 13泊14日間
 研修時間： 講義30時間+実技30時間=合計60時間
 1日6時間（3時間講義、3時間実技）
 ※朝9時～夕方4時30分まで（12時から1時30分休憩）
 ※日本でフットケア・リフレクソジストとして修業可能なレベルまで指導いたします。



料金（10日間）
¥420,000

【料金に含まれるもの】
 入学金、授業料、海外送金手数料、各種手配料。
 【料金に含まれないもの】
 渡航費用、ホテル宿泊費、現地空港送迎料 [往復：桃園空港（片道：1,600円 / 往復：2,900円）、往復：松山空港（片道：1,000円 / 往復：1,700円）]、検定試験料(5,000円)、海外旅行保険料、料金に含まれない食費、個人的な諸経費、その他【料金に含まれるもの】以外のもの

日程	スケジュール
1	●日本発→空路、台湾へ ●台北着 ●出迎えを受けて車にてホテルへ
2～6	●9:00～12:00 講義研修 ●12:00～13:30 昼食休憩 ●13:30～16:30 実技研修
7・8	終日フリー
9～13	●9:00～12:00 講義研修 ●12:00～13:30 昼食休憩 ●13:30～16:30 実技研修
14	●車にて空港へ ●台北発→空路、日本へ ●日本着

*現地学校の都合上、スケジュールは変更となる場合がございます。予めご了承ください。

講義内容

- 1 滋和堂足裏マッサージ 手の「直健法」の概念
滋和堂足裏マッサージの効用
足裏マッサージの診断方法・足の観察
- 2 施術の姿勢とポイント
施術前後の注意事項
「直健法」8種類の説明
足裏の反射区とは／足裏マッサージ反射区の手順
- 3 足裏「腎臓→尿管→膀胱」「前頭洞」
- 4 足裏「大脳」「脳化垂体」
- 5 足裏「小脳・脳幹」「三叉神経」
- 6 足裏「鼻」「頸」
- 7 足裏「目」
- 8 足裏「耳」
- 9 足裏「僧帽筋」「肺と気管」
- 10 足裏「肩」「甲状腺」
- 11 足裏「心臓」「脾臓」
- 12 足裏「腹腔神経叢」「胃→脾臓→十二指腸」
- 13 足裏「大腸」「小腸」
- 14 内側「子宮・前立腺」「又間接」
- 15 内側「陰茎・膣・尿道」「膀胱」
- 16 内側「膀胱」「仙骨」
- 17 内側「腰椎」「胸椎」
- 18 内側「副甲状腺→頸椎」
- 19 甲側「喉・気管」「胸部」
- 20 甲側「肩→三半規管」「横隔膜」
- 21 甲側「肩甲骨」「肋骨→リンパ腺→股間接」
- 22 外側「膝」「三陰交」「座骨神経（内側）」
- 23 足の仕上げ「三陰交」「座骨神経（内側）」
- 24 足の仕上げ「足三里」「膝下裏側」
- 25 足の仕上げ「座骨神経（アキレス腱）」「足たつき」
- 26 足の仕上げ「足首の屈伸運動」「腎臓→輸尿管→膀胱」
- 27 まとめ 応用・復習
- 28 まとめ 応用・復習
- 29 まとめ 応用・復習（または資格認定対策）
- 30 まとめ 応用・復習（または資格認定対策）



▲日本語のできる先生が、納得がいくまできちんと教えてくれます。

検定試験について

授業修了後、中華足部反射区健康法協会主催の足健員検定試験の受験資格が与えられ、その試験に合格した場合には、「資格認定書」が発行されます。中華足部反射区健康法協会は1991年に台湾政府の行政院内部部に認可された台湾で唯一のリフレクソロジー協会の民間資格です。試験は筆記試験と、実技試験があります。試験の日程はできるだけ台湾に滞在される間に行われるよう調整をさせていただきます。