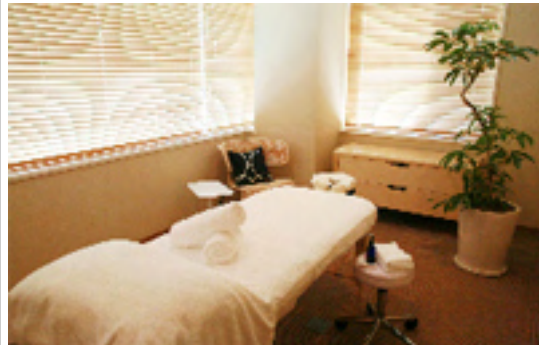


■リフレクソロジーラボ



からだ・こころの疲れを取り除き、全身を緩め、パワーを循環させるサーキュラトリーリフレクソロジー。

リフレクソロジー※1の基本手法にストレッチやオリジナルトリートメント法を加え、より効果的に身体の緊張を“緩める”、そしてバランスを整え不要なものを“排出する”力を戻し、“自然治癒力”を高めるという考え方を身体全体に適応させたのがスマートキャンプの「サーキュラトリーリフレクソロジー」です。アロマトリートメントではロート製薬の100%オーガニックエッセンシャルオイル「ヴィダローム」を使用します。

(メニューの一例)

フルボディコース〔フットバス→ナチュラルストレッチ→アロマオイルトリートメント→ナチュラルストレッチ〕

部分コースもあります。

※1：リフレクソロジーとは、一般的に、足裏などにある身体全体の臓器や器官の反射区を指でくまなく刺激することにより血液やリンパ、気の流れをスムーズにし、人間が持っている自然治癒力や血流を本来の状態に戻すという考えを基本とした足裏健康法。

■フットストレスラボ



医学博士監修のオリジナルケアでフットストレスやトラブルを防ぎ足から全身の健康を考えます。

リラクゼーションで“緩める”、そしてトレーニングで“鍛える”。アドバイス、ケアメニューはすべて医学博士 永峯由紀子（ながみねゆきこ）医師の監修の下に開発されたフットストレスラボだけのオリジナル。科学的根拠に基づいてフットストレス判定を行い、お客様の足の状態に合わせた施術メニューをご提案して、足のトータルケアをお手伝いします。

(メニューの一例)

スペシャライズドベーシックコース〔フットストレス判定→フットバス→爪ケア→角質ケア→ドクターズリンパドレナージュ（オイル）→スキンケア〕他にインナーマッスルを鍛えるフットピラティスコース、アンチストレステーピングコースなどもあります。

※外科的治療が必要な方や保険が適用される症状の場合には、病院での受診をお勧めし、ご希望があれば受付にて提携病院に予約をお取りします。

■旬穀旬菜（しゅんこくしゅんさい）カフェ



食から始める健康生活への第一歩。“家庭薬膳”を提案します。

私たちの体質・体調は、気候と風土に培われ、そして環境とストレスの影響を受けます。根本にあるのは四季折々、自分の身体の状態と向き合い、その時の体調に合った季節の食材（穀物・野菜中心）で健康の維持・増進を図り、本来持っているはずの自然のバランスを取り戻そうという考え方。どこでも手に入る季節の食材で、今の自分に必要なエネルギーや栄養を“取り込む／巡らせる”。それがスマートキャンプの“家庭薬膳”のココロです。

(メニューの一例)

季節の1汁3菜膳、こだわりの“誠のたまご”を使った卵かけご飯など

※ご希望があればレシピをお渡しします。

【事業概要】

名称	Smart Camp〔Tokyo〕（スマートキャンプ東京）
所在地	東京都港区芝1-7-5 ロート製薬株式会社 東京支社内 1F 旬穀旬菜（しゅんこくしゅんさい）カフェ TEL：03-5442-6093 11月7日 OPEN 7F フットストレスラボ TEL：03-5442-6095 10月16日 OPEN リフレクソロジーラボ TEL：03-5442-6095 10月16日 OPEN
営業日時	毎週月曜～金曜（祝日、年末年始を除く） 旬穀旬菜（しゅんこくしゅんさい）カフェ…11:30～14:30 フットストレスラボ、リフレクソロジーラボ…12:00～20:30 完全予約制
ホームページ	http://www.rohto.co.jp/smartcamp/