

指導(活動)分野	セルフプロデュース	指導 披露 講義
ふりがな	みき ひかるこ	登録番号
氏名またはグループ名	美姫 ヒカル子	G - 13
指導(活動)内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>・自分の心の中を知り、前向きに考えていける思考をつくる</li> <li>・美肌作り、メイク、表情作り、立ち居振る舞い、姿勢、歩き方、話し方指導</li> </ul>	
対象者の程度	気軽に楽しむ 初心者向け 中級者向け 上級者向け	レベル問わず
対象者の年代	乳幼児(親子) 小学生 中高生 大人 高齢者	どなたでも
資格・指導の経験・活動歴	<ul style="list-style-type: none"> <li>・心理カウンセラー資格取得</li> <li>・ワンランク上の自分を目指す講座</li> <li>・生き生き美肌で好感の持たれる表情作り講座</li> </ul>	
経費	<ul style="list-style-type: none"> <li>・指導(活動)料 5,000円</li> <li>・材料費 応相談</li> <li>・交通費 実費</li> </ul>	

### 【プログラムの一例】

#### セルフプロデュース講座

定員:15人 所要時間:60分

- ・自分の美しいところを再確認します
- ・人の印象は見た目が7割と言われています
- ・立ち居振る舞い、姿勢、歩き方、話し方、メイクご希望にそって指導、講演を行います

#### 「生き生きした美肌と表情づくり」

- ① セルフマッサージ  
お手持ちの化粧品で、見違えるほど肌を生き生きと活性化させます
- ② メイクの指導
- ③ 表情づくりの指導



### 【街の先生からひとこと】

フィニッシングスクールの出身です。多くの依頼をいただいております。多様に対応できます。オンラインでも教えることもできます。

