ヒーリングサロン
ラファエル

心と身体を癒す場所

たった30分で
気持ちがすっと軽くなる

自己理解を深める
シータヒーリング®

心と身体を癒す
ボディケア

運命を読み解く
各種占い

＼ プチ占いプレゼント中！ ／

公式LINEで
最新情報を受け取る

最後にセルフケアの時間が取れたのはいつですか？

- ✓ 慢性的な疲労感に悩まされ気力がわかない…
- ✓ 自分を大切にする時間がなく心身ともに疲れ切っている…
- ✓ ストレスが溜まってイライラしやすく家族にも影響を与えている…
- ✓ 毎日の生活に追われ、自分自身と向き合う時間を持てない……。

そんな時こそ、
心と身体を癒す ひととき が
必要です。

あなたが求めているのは、
ただの休息ではありません。

自分を大切にすることで心と身体の
バランスを取り戻し、
ストレスのない
穏やかな日常を送るための、
前向きな癒しの時間です。

ヒーリングサロン「ラファエル☆」は、
あなたの内なる声に耳を傾け、
未来を見つめ直すお手伝いをします。

ラファエル
Welcome

悩みを解決する第一歩は
“自分を知ること”

あなたが自分らしく生きられる
豊かな人生をサポートするために
特別な癒しのひとときを提供します。

MENU

心と身体の両方にアプローチする
豊富なメニューを取り揃えております

01

あなたの潜在意識にアクセスし自己啓発する

シータヒーリング®

シータヒーリング®は、脳波をシータ波の状態に導くことで、心身の癒しと変容を促すヒーリング技法です。

この施術は「思考は現実化する」という考えのもと、瞑想を通じて潜在意識にアクセス。現実を辛くしている思考を見つけ、ポジティブに置き換えます。施術後には気持ちが軽くなり、気づきを得られるお客様も多いです。

自分自身の本質と向き合い、新しい未来をひき寄せましょう！

30分 …… ￥5,500
60分 …… ￥11,000

02

あなたの心と身体を癒す

ボディケア

よもぎ蒸し

よもぎ蒸しは、韓国伝統の民間療法で、よもぎを蒸気で温めた座浴を行う健康法です。

身体を芯から温めて発汗することで、心身ともにリフレッシュが期待できます。
特に女性の健康や美容に効果的です。

自分自身の本質と向き合い、新しい未来をひき寄せましょう！

30分 …… ￥3,000

リンパセラピー

リンパセラピーは、手技によってリンパの流れを促進する施術です。

摩擦を軽減するジェルを使い、適切な圧力とリズムで施術を行うことで、身体全体のバランスを心地良く整え、心身の健康をサポートします。

※出張鑑定では部位限定。
　ヘッドメニューもございます。

30分 …… ￥3,300
60分 …… ￥6,600

03

あなたの運命を読み解く

各種占い

星学占い

あなたの運気を春夏秋冬にたとえて

生年月日をもとに、星の意味からあなたの人生の方向性や運命を読み解きます。

未来を知ることで、今をどう生きるべきかが見えてきます。

30分 …… ￥4,000

やまとことば

いにしえの音が導く名前のこたえ

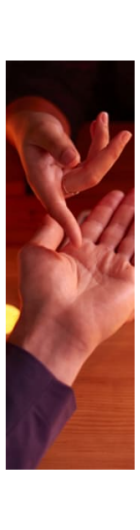
古来の日本語を通して、あなたのお名前の本質や未来を読み解きます。

音に込められた意味やパワーを知って自己理解を深めましょう。

30分 …… ￥4,000

手相鑑定

運命のヒントはあなたの手の中に



手のひらに刻まれた運命の線を読み取り、あなたの人生の流れを占います。

今抱える悩みや、未来への指針を手相から見つけ出します。

30分 …… ￥4,000

＼ プチ占いプレゼント中！ ／

公式LINEで
最新情報を受け取る

お客様の声

Voice 01

シータヒーリング®をイベントで初体験！スッキリした気持ちに

普通の占いはアドバイスはもらえるけれど、根本から解決には至らないので、同じ悩みのループになります。
しかし、シータヒーリング®は思考そのものを変えてくれるので、迷わず自分を信じて行動出来るようになります。
自分にとって成功の近道に導くものなので、毎回救われています。
ヒーリングを受けるようになってからは悩み事が軽減し、積極思考に生きれるようになりました。
感謝の気持ちでいっぱいです。

40代女性

Voice 02

毎月したいと感じるリンパセラピー

仕事で身体が疲れて癒されたいと思い、施術を受けました。
とても気持ちがいいです。
身体のめぐりが良くなるのがわかります。

50代女性

Voice 03

占いで心がふわりと軽くなった

ちょっと悩んでいた事があり、どうしようと思った時に受けてみようと思いました。
気持ちの持ち方が変わり、心がふわりと軽くなりました。
心の中に抱えているものを口に出したり、カードに導いてもらえたおかげだと感謝しています。
その後、自分の中に良い循環がたくさん起きてるのを実感してます。

50代女性

店舗紹介

まるで友達の家に
遊びに来たような感覚に

ヒーリングサロン「ラファエル☆」は、
長年の経験と実績を持つセラピストが運営しており、
地域のお客様に愛され続けています。

営業時間 9:00~18:00
完全予約制　不定休
電話番号 080-4324-9444
住　　所 詳細はお問い合わせください

セラピスト紹介

心の身体のバランスを取り
お客様が自分らしく
生きられるお手伝いを

寺尾 美香
ー上越市出身ー

- ・リンパセラピスト歴：14年
- ・占い・鑑定歴：13年
- ・シータヒーリング®歴：9年
- ・イベント企画・開催歴：8年
（ちょこっとマルシェ・至福のマルシェ・出張鑑定）

「セルフケアの時間をとるためにサロンに行くのはハードルが高い」というお客様の声をきっかけに、気軽に遊びに来てもらえるよう、上越市内の商業施設などでイベントを開催しています。

(2025年現在)

お客様へのメッセージ

こんにちは、寺尾です。

私は元々ボディケアのセラピストでしたが、**身体のケアだけでは本当の癒しにはならないと感じ、「心」のケアにも取り組むことにしました。**

自身が繰り返し試して効果を感じたものだけを取り入れたいと思い、占術やシータヒーリング®をメニューに組み込んでいます。

中でもシータヒーリング®は、私自身も救われた経験がある特別な技術です。

以前「誰にも愛されないのではないか」と感じ、食べることも放棄してしまうほど、自分を大切にできない辛い時期がありました。

しかし、友人との会話をきっかけに、自身にシータヒーリング®を実施してみたところ、思い込みを解放し、心を軽くすることができました。

私のサロンでは**「心と身体の両方を癒す時間」**を大切にしています。

ぜひ、リラックスして遊びに来てください。

あなたの心と体が少しでも楽になるよう、サポートいたします。

イベント出店情報

ヒーリングサロン「ラファエル☆」は
上越市内のイベントに随時出店！
お買い物ついでに
気軽に遊びにきてくださいね！

定期出店先

- ・至福のマルシェ
  上越モール(トーカイ跡地)など
- ・買取店わかば
  上越モール店出張鑑定(上越市とよば)
- ・ちょこっとマルシェ
  上越市本町4丁目イレブンプラザ広場

他、新潟県内イベントに随時出店。

※イベントでは「よもぎ蒸し」は行っていません
※出張鑑定では「リンパセラピー」はハンドなど部位限定で実施しています

イベント出店限定

おためし鑑定・セッション
10分……￥1,000
実施中

公式LINEに登録して
最新情報を受け取ってください

登録すると・・・

- ✓ お得なキャンペーン・イベント出店の最新情報を見逃さない
- ✓ 個別相談・事前予約が簡単にできる
- ✓ 「今月のワンポイントアドバイス占い」が無料で受けられる

下のボタンをクリックして
公式LINEに登録してくださいね

公式LINEで
最新情報を受け取る

よくある質問

Q. シータヒーリング®はどのように行っていきますか？

A. 椅子にリラックスして腰かけていただき、対話や筋肉反射テストによって、お悩みやトラウマの原因を探っていきます。
セラピストが自分の脳をシータ波に調整することでお客様の潜在意識にアクセスし、つらい現実を作っている思考の置き換えを行います。

Q. シータヒーリング®は即効性がありますか？

A. 「思考の現実化」には少し時間がかかりますが、お帰りの際に「気持ちが少し軽くなった」と言っていただけるお客様が多いです。

Q. サービスのお試しはできますか？

A. どの施術においても短い時間でお試しができます。
お気軽にご相談ください。

Q. リンパセラピーでは、服の貸し出しはありますか？

A. ラップタオルをお貸ししています。
脱衣なしでも対応可能です。

Q. 男性も利用できますか？

A. はい。
男性のお客様もお気軽にご利用ください。

心と身体のバランスを整えたあとの未来では……

- ☑ セルフケアの時間を確保し、リフレッシュした生活を送れるようになる
- ☑ 慢性的な疲れが軽減し、日々の活動にエネルギーが湧く
- ☑ 家族との関係が穏やかになり、仕事とプライベートのバランスが向上する
- ☑ 自己成長を続け、心身共に健康で安定した自分を増設できる
- ☑ ストレスのない穏やかな生活が実現し、充実した人生を楽しめる

「自分」を知れば「現実」が変わる
「現実」が変われば「未来」が輝く

ヒーリングサロン「ラファエル☆」は
あなたの心と身体の調和をお手伝いします

以下のボタンから公式LINEに登録して
お気軽にご相談ください

＼ プチ占いプレゼント中！ ／

公式LINEで
最新情報を受け取る