

えがお
愛顔 教職員とご家族のための感動と癒しのあふれる体験型宿泊プラン



愛媛県が提唱している「愛顔」とは、前向きな気持ちと思いやりの心が集結した愛のある笑顔。観劇、ヨガ、アロマオイル製作などで、毎日忙しい教職員とそこへご家族の皆さまの疲れを癒す体験型宿泊プランです。

1 日目

12:30 にぎたつ会館集合、概要説明

14:00 坊っちゃん劇場観劇「KANO」

愛媛にまつわるミュージカル作品を観劇後、出演俳優たちとの交流イベントにて表現のプロから学校現場や日常で使える「相手の気持ちに寄り添うコミュニケーション」のコツなどをうかがいます。観劇による感動は、メンタルヘルスケアに大いに効果があります。

16:30 「いしづち山麓マルシェ」でお買い物

17:45 チェックイン 道後散策等 自由時間

19:00 夕食「こころとからだの疲労回復フルコース」

料理長考案のメンタルヘルスにアプローチした特別メニューです。

20:30 体験イベント「リストラティブヨガ」

講師:森岡 恵子氏(ヨガインストラクター)

リストラティブとは「休息」や「元気を回復させる」の意味があり、心身を休めて回復させる動かないヨガです。



2 日目

～08:30 朝食

09:00 チェックアウト

09:30 体験イベント「アロマオイルづくり&セルフマッサージ」

講師:川口 悦子氏(産業カウンセラー・アロマセラピーインストラクター)

好きな香りでブレンドオイルを作成し、セルフトリートメントを行うことで、簡単にできるストレスコーピングを体験します。

10:30 特別講演

「心の健康の重要性和自分でできるメンタルケア」

講師:中元 日芽香氏(心理カウンセラー)

心理カウンセラーとして活躍されている中元日芽香さんがカウンセリングをより身近に感じていただくため、オンライン講座を行います。

11:30 閉会



2024年

日程

2月24日(土)→25日(日)

※申込締切日:2024年1月31日(水)

旅行代金

大人1名様 20,000円

(1泊2食+観劇チケット・アロマオイル材料費)

高校生18,000円 中学生17,000円

小学生10,000円 幼児料金は要相談

募集人数

50名(最少催行人数15名)

喫茶スペースにて
西条農業高校の生徒たちが
栽培・加工した
特製ブレンドハーブティーを
楽しめます♪



愛のくに
愛顔あふれる
愛媛県



POINT
1

1名様から お申込みOK!!

POINT
2

利用補助 ご利用OK!!

※当館と利用補助契約を締結している支部に限ります。

POINT
3

お電話またはホームページよりご予約ください。
【電話受付時間】9:00～18:00

愛媛ならではの癒しをご堪能ください。

☆道後温泉でリラックス

道後温泉の泉質は、アルカリ性単純泉です。刺激が少なく、肌触りのよいなめらかなお湯は、湯治や美容に適しているため、メンタルヘルスケアとしてもリラックス効果が期待できます。

☆こころとからだの疲労回復特別会席

地元の食材をふんだんに使用し、メンタルヘルスにアプローチした特別な会席料理を当会館料理長(愛媛県調理師会副会長兼松山調理師会会長有光幸弘)が制作しました。

☆愛媛県立西条農業高等学校生特製リラックスハーブティ

特製ブレンドのハーブティを生徒たちが栽培・加工しました。滞在中にご提供しますので、ハーブの効果を体験してください。

☆坊っちゃん劇場観劇

坊っちゃん劇場は、日本でも極めてめずらしい「地域拠点型劇場」です。四国や瀬戸内圏の歴史や伝統文化、偉人を題材にした舞台作品を愛媛から全国へ発信する文化特使を目指し、自主製作のミュージカル作品を1年間上映する日本で唯一の劇場です。



アクセス

車でお越しの方

松山自動車道「松山IC」より約20分
しまなみ海道「今治IC」より約60分

電車でお越しの方

JR松山駅から路面電車「道後温泉」行き乗車約25分
「道後温泉駅」下車徒歩5分

飛行機でお越しの方

松山空港からリムジンバス「道後温泉」行き乗車約45分
「道後温泉駅前」下車徒歩5分

船舶でお越しの方

松山観光港からリムジンバス「道後温泉」行き乗車約40分
「道後温泉駅前」下車徒歩5分

お申込み・お問い合わせ

にぎたつ会館

〒790-0858愛媛県松山市道後姫塚118-2

[受付時間] 9:00～18:00

詳しくはこちら



TEL.

089-941-3939