

## エレガンスライフアカデミーのご案内



この度は松原ちかのエレガンスライフアカデミーをご検討くださりありがとうございます。

### 【エレガンスライフアカデミーで学べること】

## 5 Bases Program

～5つの土台をバランスよく整える仕組み～



すべてを自分が心地よいもので満たす

- ✓5つの土台を整え、自分で自分を幸せにする自立したエレガントな女性に導きます
- ✓松原ちかがメンターとなり伴走します
- ✓家庭でも職場でもない第3の場所のコミュニティで視野を広げ、仲間をつくることができます



## エレガントライフで手に入る理想の状態とは？

Now



After



自信がなく人の目を気にする  
落ち込みやすい、感情コントロールが苦手

マインド  
&思考

自分の幸せに忠実に、人目を気にしない  
どんなこともポジティブにいつもご機嫌

外見に自信が持てない、垢ぬけない  
年齢を感じるようになった

外見美  
健康美

私を素敵にワンランクアップ  
健康美習慣で体調もご機嫌もアップ

部屋が片付かず生活感がありすぎる  
とりあえずの生活になっている

衣食住  
ライフ

スッキリ片付いたときめくお部屋  
私が心地よい丁寧な暮らし

言いたいことがうまく伝えられない  
人間関係でストレスを感じることもある

人間関係  
コミュニケーション

誰からも愛されるコミュニケーション力  
周りが喜んで協力してくれる幸運体質に

時間とやることに追われ心の余裕が無い  
時間はあるけどうまく使えていない

時間管理

仕事も家庭も大事にしながら、私時間をつくり、すべてに余裕を持って楽しむ

## 松原ちかの強み

効果的&再現性の高いものをシンプルに  
知っていれば誰でも実践することができます。



### 衣食住ライフ

ホテルウーマン&  
ウェディングプランナーで  
磨いた食空間プロデュース  
やおもてなしスキル

### タイムマネジメント

2児ママ・フルタイム管理職  
でも起業もしながら  
私のための時間を生み出してきた  
時間管理術

### マインド&思考

自分が嫌いだったから  
ネガティブをポジティブに  
変えてきた独自の  
幸せの選択メソッド

### コミュニケーション

10万人以上の接客・クレーム  
対応で磨いたコミュ美人力  
大手企業管理職の  
マネジメント&ビジネススキル



### 外見美

マリソルプロガーとして  
ファッション・美容への高い感度  
ホテルウーマンの品格ある  
印象・所作

カリキュラム以外のことでご相談いただけます。(個別セッションまたはLINE)  
モヤモヤをエレガントに解消し、理想の未来へ導くことを生きがいにしています♡

【プレミアムコース サービス内容】

※カリキュラムは目安となり、内容は変更になることがあります

Elegance Life Academy エレガンスアカデミーカリキュラム						ブラッシュアップ レッスン	リアル会	
オリエン テーション	アカデミーのご説明 学び方・プレワーク		動画レッスン → グループレッスン	グループ コンサル	個別 セッション	朝活・お楽しみレ ッスン	名古屋 関西 関東 旅行など	
1	マインド・思考	未来創造ワーク マイコンセプト ビジョンボード	疑問・課 題の解 決	1回目 マイコンセプト ゴール設定	2回目 進捗確認			3回目 進捗確認
2	タイムマネジメント	人に頼る・お願いする 振り返り習慣 自分ミーティング						
3	外見美・大人の品格	ファッション ヘアメイク 所作・振舞い・気遣い						
4	ライフスタイル 住空間と食生活・暮らし	テーブルコーディネート ときめき空間づくり 腸活食習慣						
5	コミュニケーション コミュ美人力	コミュ美人の伝え方 話の聴き方 論理的に伝える						
6	エレガンス ランクアップ	上級エレガンス						

プレミアムコース サービス期間 6 カ月

◆ グループセミナー (zoom) 月 1 回 | 180 分× 6 回

5つの土台を学ぶメインレッスン。毎月1つのテーマを取り上げます  
聞かばかりではなくグループワークや感想のシェアでアウトプットをしながら、理解を深め楽しく進行しま  
す

◆ グループコンサルティング (zoom) 月1回～ | 90 分 × 6 回

メインレッスンの内容を実施する中での疑問解決や、学びの理解を深めるフォローアップです  
仲間の悩みをシェアすることでひとりでは得られない気づきと成長があります

◆ ブラッシュアップレッスン (zoom) 月 1 回～ | 60 分

テーマの理解を深めアウトプットする勉強会で、メンバー同士の交流の場でもあります  
ひとりだと下がってしまうモチベーションを維持し習慣化するのに役立ちます

◆ 個別セッション (zoom) 60 分 × 3 回

松原ちかと一対一のプライベートコーチングセッションです  
プライベートな内容もじっくりと丁寧にお伺いし、ゴール設定、解決策へ導きます

◆ メンバー専用動画コンテンツ 6カ月 | 50本以上の動画があります

マインド・思考、学び方のベースとなる基礎知識、コミュニケーション、マナー、言葉遣い、ビューティー、  
お片付け、暮らし、ホームパーティーなど様々なジャンルの動画レッスンを好きな時に学んでいただけま  
す

◆ 個別 LINE サポート 6カ月

松原ちかの個別サポート・いつでも相談していただけるLINEサポートです  
気になったときにすぐに聞けることが、早く確実に成長する秘訣です！

\*\*\*\*\*

◆ 名古屋・東京・関西でのリアルミートアップ

一緒にアフタヌーンティーやランチを楽しむ機会もあります。 ※旅費、飲食代は各自負担

【プレミアムコース受講費用】価格は税込

基本価格 6ヶ月 650,000円

※スペシャルオファー **3月中のお申込で 440,000円** ※振込一括の場合

カード一括: 450,000円

カード分割払い: 468,000円(～24回まで)

参考: 分割24回払いの場合 毎月19,500円・1日あたり650円

【お支払い方法】

- ・一括 銀行振込 または クレジットカード払い
- ・クレジットは24回までの分割払いが可能です

【開講スケジュール】

9期 2023年6月～

お申込手続きがお済みの方から、メンバーサイトの動画レッスンをご受講いただけます  
個別LINEで今後のスケジュールをご案内します

【9期 先行お申込特典】本特典は今回限りのご案内となります。

1・3カ月再受講無料(3カ月以降は任意で会費制継続が可能です)

2・メンバー専用サイト&テキストブックですぐに学びを開始

3・ブラッシュアップレッスンへの先行参加

4・個別プレセッション1回60分をプレゼント(開講までにお使いいただけます)

\*\*\*\*\*

ご不明な点はお気軽お問合せください

エレガンスライフアカデミー主宰

松原ちか

[chicca.behappylife@gmail.com](mailto:chicca.behappylife@gmail.com)

電話: 090-7954-0285