



ビューティーヨガセラピスト

**長谷川久美子 Kumiko Hasegawa**

yoga&therapy Myself 主宰

全米ヨガアライアンス認定 ヨガインストラクター

IYCキレイになるヨガ インストラクター

アーユルヴェーダセラピスト

ベビーマッサージティーチャー

AEAJ アロマセラピー検定一級

ヨガと癒しをテーマにした、約4年の世界一周の旅で68ヶ国を訪問。世界中でヨガや瞑想を実践しながら、ジャーナリストとして活動。世界各国で活躍する、一流のヨガ指導者とのインタビュー内容を発信。帰国後は「被災地復興企画。日本一周チャリティーヨガ&トークライブ」を北海道から沖縄まで全国主要箇所で開催。その後、合同会社シェアハピネスを設立。「本当の自分を見つけること」をテーマにしたヨガ&セラピー Myself をオープン。

内面から美しく輝く独自の美容法「ビューティーマインド」を提唱。ヨガとカウンセリングを組み合わせた今までにない手法で、体験した9割以上の女性が成果を実感している。都会で働く、美意識の高い3,40代のキャリアウーマンから圧倒的な支持を得ている。美と健康をテーマにしたFMラジオのパーソナリティー、雑誌や各種メディア、全国でのワークショップやトークライブイベントでの実績を持つ。

2017年にはニセコに拠点を移し、大自然の中で心身を癒すイベントやリトリートを開催。世界を旅する豊富な経験と知識を活かし「美」「癒し」「幸せ」「豊かさ」「パートナー」をテーマにしたプログラムを実施。多様化する女性のライフスタイルに合わせて、企業を対象にしたストレスケア講演や福利厚生ヨガ、メンタルヘルスケアの提案など、全ての女性が自分らしく輝く必要性を発信している。

### 「メディア実績」

FM North Wave Move on up!に出演

雑誌 Poroco ステキ女子 Style に掲載

雑誌 美的全国厳選！神ワザサロン・レッスンガイドに掲載

レザンファン ママだってキレイでいたい！今、話題のヨガ教室に掲載

FM 白石 ヨガセラピスト長谷川久美子の「美しい心と体を作るレシピ」レギュラー出演

FM North Wave キレイと元気クラブ出演

雑誌 Fine ヨガ特集ページ「男なら、男だからこそヨガ」に掲載

FM アップル 美しく活躍する女性をプロモーションする番組 Life is a journey に出演

日本和装ホールディングス KOSODE

東海新報、岩手日報、中京テレビ、タイ国営放送、メキシコテレビ等、その他

