

*ew*

自分らしさを楽しく育てる

【自分育成セッション】

milieuwork0

*m*

## レッスンに入る前のお願い

---

1.自分育成レッスンは動画受講とZOOM受講で行います。

■ワクワクベーシック講座(1ヶ月)

動画レッスン / ZOOM：月3回（1回目 60分、2回目90分 3回目60分）

■ミラクルマスター講座(3ヶ月)

動画レッスン / ZOOM：合計7回（1ヶ月目：月3回 / 2、3ヶ月目：月2回）

どちらの講座も個別講座です。個別レッスンでは、集中できる環境で、  
カメラをオンにして、申し込み時のお名前でご参加ください。

2.オリジナルワーク、サービスイラストなどを含む講座資料全ては  
サービスをお申し込み、ご購入いただいたご本人のみご視聴・ご覧いただけます。  
申込者本人以外の口外は固く禁止されておりますのでご注意ください。

3.自分育成レッスンの内容は、録音・録画は固く禁止しております。  
又、インターネット・SNS等での公開も禁止しておりますのでご注意ください。

4.レッスン内容のご質問はZOOM講座にてお答えいたします。  
LINEでの質問は承っておりません。ご了承ください。

5.講座中は何度でも動画をご視聴いただけます。受講後3ヶ月間は同じくご視聴いただけます。  
それ以降はアクセス制限がかかりご視聴には費用が発生しますのでご了承ください。

[了解]と一言

メッセージをお送り下さい

**【1ヶ月目 / 自分理解】**

動画受講①



動画受講②



個別レッスン1回目



動画受講③



個別レッスン2回目



動画受講④



個別レッスン3回目

**【2ヶ月目 / 自分育成】**

# | milieu(ミリュー)のご紹介

## milieuとは？

# フランス語で 《真ん中・環境》

### □ 真ん中 = 自分軸

私たちは、大地(地球)と自身と宇宙をつなぐ一本の線(光)で繋がっています。  
その線が自分軸となって自身を成長させ、より良い未来へと導いてくれます。

### □ 環境 = 自分世界

あなたをとりまく環境はあなた自身とリンクします。  
常に『心地よい』状態に維持することが大切です。

こんなことをしています。

## □ milieuセッション

宇宙とスピリチュアル心理と繋がって、自身の内側、環境などさまざまな角度からご自身の未来を読み解き解決法を明確にお伝えして悩みを解消していくといったセッションを行っています。

## □ 自分育成レッスン

自分らしさがわからない、自分軸に自信がない、自己実現がなかなか出来ない自分理解を深めたい、バリキャリ経験から脱出自由に生きたい方々に向けて自分らしさを楽しく育てる個別「自分育成レッスン」を行っています。

## □ milieuアート

ヒーリングアート、絵本制作、web.コラムなどの挿絵  
企業・経営者さまに寄り添ったオリジナルイラストの制作活動  
芸術で「世界を元気に」をコンセプトを持って  
人々が元気になれるヒントや気づきをテーマに創作しています。

**milieu**の役目は、

あなたの人生に大切な

「気づき」を与え、

「本当の自分」に導くこと

# | ナビゲーターのご紹介

## milieuライフアートナビゲーター

友香 / Yuka

30歳でアパレル販売員からWeb業界に転身。

デザイナー兼イラストレーターとして制作会社勤務を経てイラストレーターとして独立。  
Web、芸能、企業などの挿絵をメインに行う。

ものまねタレント神奈月のオフィシャルキャラクターやグッズ制作を担当。

個展、グループ展、子供のお絵かき広場の開催など幅広く活動。

スピリチュアル感覚が友人の間で評判となり、心理資格を活かして完全紹介制で  
アートライフナビゲーターとしての活動をスタート。

300人以上の方の人生をサポート。

自身も自分理解を深めていく中で、

自分らしく生きられるようになるまで苦しい期間が長かったこと、

セッションを通して、多くの方が『生きづらさ』を感じていることを痛感。

もっと1人1人が楽しく本当の自分になることへ導きたいと考え、

2020年に『自分らしさを楽しく育む・自分らしく生きる』

をコンセプトにmilieuを開設。

株式会社andを設立。代表も務めている。



## milieuのライフナビゲーター



歩惟 / Ai

コンサルタント会社の社長秘書をしながらコーチングとビジネス戦略を学び、  
コーチとしての活動をスタート。

戦略やマネジメントを中心に、独立を目指す数多くの女性をサポート。

仕事にのめり込みすぎるあまりライフスタイルに自己犠牲が生まれ無理をして。

心と体に不調をきたす。「このままでは良くない」と思い全て手放すことを決断。

改めて『もっと自分を楽しみたい』と思っていたところに、

ご縁あって友香が代表を務める株式会社andにクリエイターとして入社。

2023年より、コーチングのスキルを活かし

自分育成レッスンをメインにライフナビゲーターとしてメンバーに加わる。

コーチングで備えたインスピレーションや感性を大切にし、

クライアント自身では気が付けないような自己価値、自己発見へと導く。

## milieu公式ナビゲーター



『みるちゃん』

自分を見ることが大好きな女の子。

見た目は子供だけど、

核心を突くようなズバリな意見で気づきを与える。

おしゃべりや楽しいことが大好き。

milieu公式LINEでは『自分らしく生きる』

ために役立つ情報を自ら発信。

レッスンでは『自分らしさ』を楽しく育てる方法を

大人顔負けの豊富な知識で楽しく伝授。

驚くほど不安を解消できる。

ユニークで愉快的ナビゲーター。



『とびー君』

自分らしく生きるための自分育成レッスンで  
ナビゲーターとして活躍中。

担当するレッスンはとってもわかりやすく、  
自分への謎があつという間に解けちゃう楽しさ！

頭の上には自分バランスへアクセスできる  
アンテナで、あなたのために役立つ情報を  
素早くキャッチして明確に伝えてくれる

執事のような存在。

優しくてしっかり者の頼れるナビゲーター。