

# 至福の島時間を、ただ味わう

なごみエステリトリート  
沖縄・西表島



刻々と変わる島の美しい景色  
5/31は奇跡の満月ブルームーン

何もしない贅沢 3泊4日の滞在型プログラム  
2026年5月20日～6月8日のお好きな4日間

気づかぬうちに、ずっと力が入っていませんか？

西表島の大自然の中で過ごす4日間は、頑張ることをしなくともいい時間です。

波の音を聞ながらのエステ、美味しい島の食べ物、誰にも気をつかわない時間。

それらが、あなたを自然なりズムへと導いてくれます。

ご予約・お問い合わせ  
TEL:0771-33-0029  
<https://iriomote.nagomi.net>



## 【なごみのエステリトリートの流れ】

- 《出発前》1・下記の2つよりコースを選ぶ 2・日程を決める
- 3・お宿と航空券の空きを確認し、予約。これができると安心
- 4・自由時間の過ごし方を想い描く 5・島に想いを馳せる
- 6・持ち物点検 7・荷物を詰める 8・出発!

《到着後》出発前から考えていた過ごし方を参考に、大自然がいっぱいの島で、あなたが思うリトリートを存分にお楽しみください

西表島のお宿「さわやか荘」までのアクセス方法や、航空券の手配  
自由時間の過ごし方などの詳細は、お申込み後に個別にご案内します



## 大自然と幸せホルモン「セロトニン」を活用し 心とからだと脳の バランスが無理なく整う 満喫コース・4日間の過ごし方

<b>1日目</b>	お宿のチェックインは15時 各自チェックイン してください	チェックイン後は 自由時間 散策やカフェタイム セッションなど	夜/脳活性エステ セッション 21時まで対応
<b>2・3日目</b>	午前/ビーチでのエステや 雑談しながらの セッションで心もからだも ゆるめる時間	昼/各自、カヌー＆トレッキング シュノーケリングなど 西表島の大自然を満喫する 自由時間や、セッションタイム	夜/自由時間 お肌のお手入れ セッションなど 21時まで対応
<b>4日目</b>	朝/脳活性エステ お宿のチェックアウトは 10時 各自帰路へ		* エステの時間は天候や自由時間の 過ごし方により変わりますので こちらの過ごし方は、あくまでも一例です * 延泊も可能ですので、ご希望の場合は お気軽にご相談ください



【日程・2026年・5月20日～6月8日のお好きな4日間】  
(下記の2つのコースよりお選びください)

### 満喫コース・終日同行(マンツーマン)

表面的な休息だけでなく、これから毎日が変わる  
『深い整い』を体感できます。

- ・自分のペースを大切にしたい
- ・誰にも気をつかわず、完全に休みたい
- ・リトリート感をたっぷり味わいたい
- ・深く整えたい、回復を優先したい

### 完全個別対応で、専属のコンセルジュになります

※他の参加者様と一緒にすることはできません。  
エステの時間も、自由時間も贅沢に、心の赴く  
ままに満喫していただけます。

### 癒やしコース・半日同行(同日最大3名)

- ・ひとりでもOK、誰かがいても気にならない
- ・同じ時間を過ごす人との空気感を楽しみたい
- ・話す時間も、ひとりの時間もどちらも好き
- ・まずは気軽に島時間を体験してみたい

### 同じ日に集まった少人数で、それぞれのペースを尊重しながら過ごします。

※他の参加者様と一緒にすることはできません。  
その際は、エステのご利用時間等、譲り合いながらのご案内となりますのでご了承ください。



### 【リトリート参加費について】

満喫コース 187,000円  
癒やしコース 110,000円

### 参加費以外の費用について

#### 【交通費と宿泊】

※下記は、参考情報です。  
※航空券・宿泊施設等は、参加者さま  
ご自身でのご予約・お手配となります。

- ・宿泊費(3泊・朝夕食付き)  
約30,000円～36,000円程度
- ・航空券(往復) 早割がお得です  
約30,000円～60,000円程度
- ・船代(往復) 5,000円程度  
(これらはなごみが請求するもの  
ではありません)

お宿のお部屋タイプは  
こちらでご確認ください→



### 【その他の費用】

- ・自由時間のアクティビティは  
各自でのご予約、お支払いと  
なります。
- ・現地での飲食やお土産等  
個人利用分など(個人差あり)

### 【お客様の声】

- ・至福の4日間でした。戻ってから身体の調子が  
かなりいいです。さわやか荘さんや珠佑さんの  
ホスピタリティに触れ自分のこだわりはちっぽけな  
ことだなあとしみじみ思いました。
- ・戻ってからも体調、メンタルともずっと良い状態で  
安定してました。遊ぶ→エステ→元気になる→遊ぶ  
で、どんどん状態が良くなる感じでした。なごみさんと  
海辺でたくさん話し、良い時間が持てました。
- ・4日間はただただ気持ちよく、身体が軽く感じられ  
ました。深い緑に覆われた西表島の景色、波の音、  
風の音、潮の香り…至福の時間でした。
- ・少し遠いけれど、西表の大自然とそこで受ける  
珠佑さんのエステに癒されてほしい。
- ・なんといってもパインの美味しさ、そして星空。  
最高でした!
- ・癒やしコースも心地よかったですけれど、今回は、  
満喫コースにして正解でした!

### 今回は、8年目(9回目)のリトリート!

なごみでは、沖縄のシーズン前の落ち着いた空気感を味わえる期間に西表島での「究極の癒やしと気付き」をテーマにしたプログラムをご提供しています。おかげさまで好評をいただき、2026年は、8年目の開催となります。感謝の意を込めて

3月末までにお申し込みの方に、大人気のパインパフェをプレゼントいたします!

海、山、ジャングル、滝…そして、島のゆったりした時間の流れは心が洗われます。ぜひ大自然とビーチでのエステをお楽しみください。西表島でお会いできますように、心よりお待ちしております。

なごみオーナー 紫藤珠佑(しどう みう)