

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

気づかないうちに、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てもいい時間です。

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、あなたを自然なリ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。これができればひとまず安心
4・自由時間の過ごし方を思い描く 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

1日目

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

2・3日目

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

4日目

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、これからの毎日が変わる
『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、専属のコンサルジュになります

※他の参加者様と一緒にいることはありません。
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いる場合があります。
その際は、エステのご利用時間等、譲り合いな
らのご案内となりますのでご了承ください。



大人気のカフェ
ファイミールの
パフェ



【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)

【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)



お宿のお部屋タイプは
こちらでご確認ください→



【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。
- ・帰ってからも体調、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)