

# 香りを楽しむ ～アロマを生活にとりこもう！～

講師 & プロフィール

鈴木 直美さん

ナード・アロマセラピー協会認定校 アロマガーデン主宰。  
 香りを楽しむ講座から、メディカルアロマのインストラクターやセラピストの資格取得コース、  
 クレイセラピー講座など植物や自然の物を日々取り入れて元気に楽しく過ごすヒントをご紹介。  
 卒業生と一緒に介護施設でアロマトリートメントをし、乳がん検診の早期受診を推進するピンクリボン  
 アドバイザー活動も行っています。

## 講座のねらい

アロマセラピーが多くの方に親しまれるようになり、精油が簡単に購入できるようになりましたが、  
 1本全てを使いきれずにいる方が多いようです。  
 リラックスやリフレッシュだけでなく、ご家庭のあらゆる場所で、ご家族やご自分のケアに毎日  
 使えるアロマセラピーをご紹介します。

## 講座の内容

- 1回目：蚊よけスプレーと虫刺されジェル（材料費1000円）  
 作成物： お子様に安心して使えるスプレーと刺された後に使えるジェル
- 2回目：汗拭きコットンとデオドラントスプレー材料費1000円）  
 作成物： 暑い季節のお出かけにいつでも使えるコットンとスプレー
- 3回目：日焼け後のお肌にハーブウォーターローション（材料費1000円）  
 作成物： ローズやラベンダーの香りをブレンドして化粧水をたっぷり作ります。  
 お顔の簡単マッサージもご紹介します。  
 毎朝アロマの香りに包まれて元気に過ごしましょう！

\* 初心者の方もお気軽に語参加ください。

\* クーリングオフ適用なし

持参品 筆記用具、ハンドタオル



<b>開 講 日</b>	
7/20, 8/17, 9/21	金曜日 (全3回) 10:00~11:30
定員 20名	
<b>受 講 料</b>	
受講料 3600円	テキスト・教材費 3回分 3000円
<b>開 講 場 所</b>	
逗子文化プラザ市民交流センター 第4会議室	