

# 始めよう♪天然アロマのある生活

暮らしの中に香りをとり入れてみませんか？

心・からだ・香りについてのお話と

天然精油（植物由来でオーガニックのもの）を使ったバーム作り

自宅でできるケアも学びます

約8種類の精油の中から  
好きな香りをブレンド  
秋～冬の間たっぷり使えるバーム 30gを  
作ってお持ち帰りいただきます



講師

10/8(火)

押木 小百合 先生  
(アロマセラピスト)

13:30～15:30

押木先生のプロフィール

長野県出身

公務員として医療・介護関連部署に従事したのち、  
香りと身体のかかわりについて関心を持ち、アロマセラピー  
を学ぶ

ARTQ institute 認定アロマセラピストとして

県内にて香りのワークショップを開催する傍ら  
都内の産後ケア施設にて妊産婦向けの身体のケア、  
オイルトリートメントなど、活動は多岐にわたる

場所

安茂里公民館  
2階 実習室

定員

12名

参加材料費

1200円

9月30日(月)までにおつりのいらぬように  
公民館窓口にてお支払ください

持ちもの

筆記用具・水分補給用飲み物

お申込みは9月17日(火) 8:30より お電話または公民館窓口へ ☎226-4059