

アロマセラピーを始めてみたい方のためのレッスン

# はじめてアロマ

2月13日(木)

## アロマで冬のストレスケア

### レッスン内容

- ・アロマのきほんのき
- ・リラックス効果や、リフレッシュ効果のある香りについて学びましょう
- ・実習 ハンドクリーム作り (お持ち帰りいただけます)



お子さまスペースをご用意しております。小さなお子さまづれのお母様もぜひご参加ください。

3月31日(月) <sup>おやこ</sup>親子で

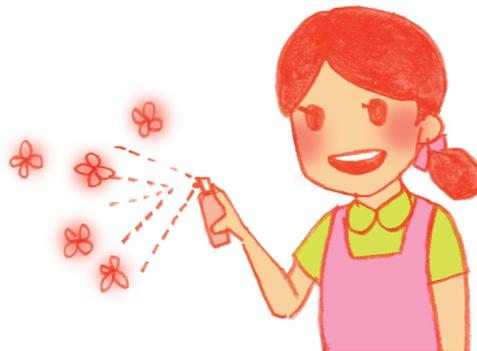
## エアフレッシュナーをつくろう!

### レッスン内容

～香りに親しむ香りを楽しむ～

- ・アロマセラピーってなあに?
- ・身近な植物と精油についてのお話
- ・実習 エアフレッシュナーづくり  
親子でひとつ、一緒につくってお家で楽しみましょう♪

(対象:小学校低学年以上のお子様と保護者様)



各講座 午後2時～3時30分

会場: 北沢タウンホール 12階スカイサロン

参加費: 1500円 (3月の講座は親子で 1500円)

※お子様が2名以上参加される場合は  
材料費として、おひとり400円を  
ご負担ください。

主催 / ご予約 北沢タウンホール事務室  
(アクティオ株式会社)

TEL 03-5478-8006

■ご予約はお電話にて■

2月定員20名 3月定員12組

1/7(火)から予約開始

講師: 西脇 直子

2005年10月「Chamomilla Aromatherapy school」を開校。  
アロマセラピー、フラワーエッセンス、メディスナルハーブなどの  
自然療法を、自分らしく・心地よくそしてスコヤカに毎日を送るための  
方法としてご紹介しています。

\* (公益社団法人) 日本アロマ環境協会認定 インストラクター

\* ナードアロマセラピー協会認定 アロマ・インストラクター

\* 日本メディカルハーブ協会認定 ハーバルセラピスト

\* ニールズヤード スクール オブ ナチュラルメディスンズ 認定講師