

「自分自身をケアする アロマ教室」

アロマの香りでリラックスしたり、リフレッシュしたりと、香りでセルフケアしながら、治療と生活を両立していただきたい。そんな願いを込めて、「自分自身をケアするアロマ教室」を企画しました。香りを楽しむとともに、自分自身をケアする“セルフケア方法”を学んでいただきます。

☆ **アロマソープ作り(60分)+セルフトリートメント(60分)**
前半は「自分でも作れるアロマソープ」の作り方を教わります。
後半はセルフトリートメントの方法を学びます。

☆ **アロマスプレー作り(60分)+セルフトリートメント(60分)**
前半は「自分でも作れるアロマスプレー」の作り方を教わります。
後半はセルフトリートメントの方法を学びます。

☆ **アロマクリーム作り(60分)+セルフトリートメント(60分)**
前半は「自分でも作れるアロマクリーム」の作り方を教わります。
後半はセルフトリートメントの方法を学びます。

☆ **アロマハンドトリートメント(1人15分程度)**
お好みの香りのアロマオイルをお選びいただき、先生にリラックス効果が期待できるトリートメントをしていただきますよう。

本教室は、☆印の「自分でも作れる」シリーズのいずれかに1回、★印のアロマハンドトリートメントに1回の合計2回に参加できます。

《月 日》	★	7月28日(木)	アロマハンドトリートメント
	☆	8月25日(木)	「自分でも作れるアロマソープ」
	☆	9月29日(木)	「自分でも作れるアロマスプレー」
	☆	10月27日(木)	「自分でも作れるアロマクリーム」
	★	11月24日(木)	アロマハンドトリートメント
	★	12月22日(木)	アロマハンドトリートメント

《時 間》 13:30 ~ 15:30

《費 用》 参加費、材料費ともに無料です

要予約 《お問い合わせ・お申し込み》

059-232-1111(代表) リボンズハウス

