

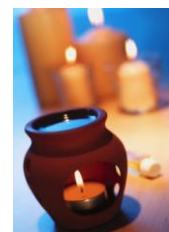
宮前ガーデニング倶楽部主催



# 講座 アロマセラピーを 生活にとりいれよう



アロマセラピーの作用・方法・注意点などを学び、  
生活に上手にとりいれる方法を教わります



実際にアロマオイルの香りを嗅ぎ、簡単にできる芳香剤をつくりますよ！

アロマセラピーとは、**花**や**木**など植物に由来する芳香成分 (**精油**) を用いて、  
心身の健康や美容を増進する技術もしくは行為のこと

**3月17日 (木) 13時30分～15時30分**

**費用 800円**

**場所 宮前区役所 1階支援コーナー**

講師 和田 敦子さん (日本アロマ環境協会アロマセラピーアドバイザー)  
宮前区宮崎在住で、宮崎台ティップネスでアロラストレッチの講師や  
赤ちゃんとママクラスのダンススクールを主宰するなど幅広く活躍しています

とくに持ち物はいりません。ティータイムには、宮崎コミュニティガーデン  
でとれた「レモングラス」や「マロー」などのハーブティも楽しめます

問合せ 宮前ガーデニング倶楽部 電話 : 044-852-8952 (河井)  
申込み FAX 044-852-8952 メール : [69417garden.aki@ezweb.ne.jp](mailto:69417garden.aki@ezweb.ne.jp)

- ◎ お名前・連絡先 (メールアドレス又は電話) を明記し FAX か電子メールでお申込み  
ください。申込みは 7日前までをお願いします (ただし先着順になります)
- ◎ 会場は都合により変更となる場合があります。変更の場合は参加者にご連絡いたします。

宮前ガーデニングクラブのホームページからも講座の内容をみることができます