

# アロマ美人講座

男女問わず  
参加できます

近頃では健康や美容によいと、身近な存在になりつつあるアロマセラピー。その香り（精油）の種類は、とても多くどれを選べばいいか悩まされます。この講座では、毎回1種類の香りについてご紹介し、さらには簡単につくれるアロマクラフトを作成していただきます。それぞれの香りの特性を知り、自分に合う香り選びができることを目標とします。

- ①4/28 ミルラ精油 ミイラ作りに必要な植物
- ②5/26 グレープフルーツ精油 シェイプアップを助けてくれる香り
- ③6/23 シトロネラ精油 さわやかな香りで虫よけ効果
- ④7/28 ジャスミン精油 香りの王様 自信を取り戻す
- ⑤9/22 タイム精油 ハーブの中で最も優れた抗菌力の持ち主
- ⑥10/27 ベルベーチン精油 気持ちを落ち着かせ上質な睡眠をもたらす
- ⑦11/24 ウィンターグリーン精油 天然の筋肉弛緩剤
- ⑧12/22 ローズアブソリュート精油  
香りの女王 悲しみや落ち込みを忘れさせてくれます
- ⑨1/26 シルバーファー精油 深い森にいるよう心身の浄化に
- ⑩3/22 サンドルウッド精油 宗教儀式や瞑想の白檀の香り

※1回ごとのお申し込みです。（内容は変更する場合があります。）

【時間】10:30~11:30

【参加費】1講座2,000円 作品はお持ち帰りできます。

※12/22はスポーツフェスタin北SCのため1500円（材料費のみ）

【定員】15名

【講師】アロマハンドトリートメント協会 谷口明美先生

【申込方法】各回、開催日の2週間前の水曜日までに往復ハガキまたはインターネット（名古屋市電子申請サービス）にてお申し込みください。

応募者が定員を超えた場合は抽選となります。

※定員に達しない場合は締切日以降も窓口・電話で先着順受付

名古屋市北スポーツセンター

〒462-0021 名古屋市北区成願寺一丁目6番12号

Tel (052)917-0501 Fax (052)917-0510

※このチラシは古紙パルプを含む再生紙を使用しています。

