



『アロマ美人』講座

季節ごとに変化する心身の様子に寄り添い、
アロマセラピーやハーブティーを通してケアを考えましょう。

毎回の参加で1年中「健康美人」が目指せますよ！
講座では、毎回内容に合わせた数種類の香りを嗅ぎながら
毎日つかえるスキンケアのクリームやローションなどを
作ります。

- ①4/26 春～梅雨 季節の移ろいに気分が不安定に
リフレッシュとリラックスするアロマ
- ②6/28 初夏～夏 紫外線からお肌を守りながら
夏バテ対策
- ③9/27 秋 睡眠と食欲のコントロール
- ④11/22 冬 風邪の季節、本格到来
免疫をサポートするアロマ
- ⑤1/24 初春 冬の溜め込みをデトックス
春のアレルギーを考える

【時 間】 10:30～11:30

【参加費】 2,000円

【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】 ①3/22 ②5/24 ③7/26 ④10/25 ⑤12/13

各回、電話または事務所窓口で上記10時より先着受付



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

