

アロマで自分を整える
～精油の化学と香りの魅力～

幸年期 Café @名古屋&札幌 ～精油の魅力を味わうCafé～

1人でゆっくり・子ども・家族といっしょにくつろぎの時間を

1月24日(日)10時から12時

お子さんも
一緒に
どうぞ♡

講師

薬剤師
AHIS認定 嗅覚反応分析士
AEAJ認定アロマセラピーインストラクター

スズキアキコ

参加費

500円
HAP年間パスポート
利用可

仕事では患者さんのために一生懸命。家に帰ってきたら家族のために一生懸命。
自分よりも周り優先になってしまう毎日がんばる薬剤師女子。
みなさんは、アロマセラピーに触れたことはありますか？
この幸年期cafeでは、アロマに2つの視点から迫ります。
薬剤師らしくロジカルに学び、女性らしく感性で楽しむ。
参加型、ワークショップ型のスタイルで行っていきます。お子さんと一緒にの参加も大歓迎です。
アロマを使って、ゆるく楽しく、『自分』を整える方法を一緒に探しましょう。

～ご準備いただきたいもの～

精油を実際に嗅ぎながら行います。
お手持ちの精油があれば、そちらでOKです。
もし1つもお持ちでなければ、生活の木などアロマ専門店でご購入ください。
何を購入するか迷ったら「いい香りだな」と思う精油にしてください。
オレンジスイート、ラベンダーアングスティフォリア、ユーカリラジアータ、
レモングラス、ローズウッドなどがオススメです。

※100均などで入手できる『アロマオイル』は精油ではありません。

【主催】特定非営利活動法人Healthy Aging Projects for Women (NPO法人HAP)

【連絡先】宮原富士子 佐藤友恵

NPO法人HAP Fax:03-3876-9084 E-mail: asakusao@hap-fw.org



お申し込み



お支払い