

2022年度 癒しのアロマセラピー

≪講座のねらい≫

アロマセラピーの基礎知識を学び、アロマスプレーやアロマペンダント作りなどの実習を行います。
香りを楽しみながら心と身体を癒し、生活の中にアロマを取り入れて、ストレスをケアしながら、幸せな気持ちを育てていきましょう。

≪カリキュラム・日程≫

曜日	第3水曜日 (6月、10月、1月(第4水曜日) (11月(第5水曜日))	講師	かわぐち ゆきこ せんせい 川口 由紀子 先生	
時間	13:30～15:00	会場	学習室2 (12/21のみ調理室)	
回数	9回	受講料	初回までに窓口で お支払いください	4,500円 = 1回500円×9回
定員 人数	15人	その他 費用	6月22日、講師に お支払いください	材料費 5,000円/年間

No.	日程	内 容
1	6月22日 (第4水曜日)	オリエンテーション、アロマ体験、呼吸法でリラックス&リフレッシュ!!
2	7月20日	アロマセラピーの基礎知識①、リフレッシュ系の精油、アロマスプレー作り
3	8月17日	アロマセラピーの基礎知識② アロマペンダント作り (ラベンダー)
4	9月21日	アロマセラピーの基礎知識③、リラックス系の精油、アロマスプレー作り
5	10月26日 (第4水曜日)	アロマセラピーの活用①、アロマスプレー作り (ブレンド)
6	11月30日 (第5水曜日)	アロマセラピーの活用②、アロマスプレー作り (ブレンド)
7	12月21日	アロマセラピーの活用③、手浴・足浴、ツボ押し・セルフトリートメント体験
8	1月25日 (第4水曜日)	アロマセラピーの活用④、アロマスプレー・ペンダント作り (ブレンド)
9	2月15日	まとめ、ゆうあいプラザ祭の準備

※ 天候等により、日程が変更になる可能性がありますので、予めご了承願います。

≪持ち物・服装≫

- ・ 筆記用具、その他は初回に説明いたします。
- ・ 材料費：5,000円 (全9回分を6月22日に徴収させていただきます)

≪受講に関する諸注意≫

- ・ **第1回(6月)、5回(10月)、6回(11月)、8回(1月)の日程は、第3水曜日ではありません**ので、お間違えのないようご注意願います。
- ・ 毎回アロマスプレー作りなどの実習を行います。欠席された場合は、次回に対応可能な物はさせていただきますので、必要な持ち物をご準備願います。