



## 月イチアロマ講座 予定表

日常生活で身近にアロマ（＝精油）を利用できるように特徴を学びながらハンドクラフトを楽しみましょう♪

### ① 12/11 (水) 消毒アトマイザー

11:00～12:00 ～殺菌効果の強い精油でインフルエンザ予防！～  
今月のアロマ＊ティートリー

### ② 12/20(金) バスソルト

11:00～12:00 ～代謝を促進するとともにお気に入りの香りで癒しのバスタイムを～  
今月のアロマ＊ラベンダー

### ③ 1/15(水) スキンローション、サシェ

11:00～12:00 ～お気に入りの香りに包まれてよりリラックス出来るお部屋に～  
今月のアロマ＊ゼラニウム

### ④ 2/12 (水) バスボム

11:00～12:00 ～保温効果抜群のバスボムで冷えを撃退！～  
今月のアロマ＊ジンジャー

### ⑤ 3/12(水) ルームスプレー

11:00～12:00 ～リラックスもリフレッシュも。お好みの香りでお部屋を彩る～  
今月のアロマ＊オレンジ・スイート

### ⑥ 4/16(水) 床クリーナー、掃除用クレンザー

11:00～12:00 ～精油のパワーで楽しみながらハウスキーピング！～  
今月のアロマ＊ペパーミント

### ⑦ 5/14(水) 消臭スプレー、消臭パウダー

11:00～12:00 ～精油の香りで気になる臭いをシャットアウト！～  
今月のアロマ＊ベルガモット

### ⑧ 6/4(水) 虫よけスプレー、衣類用防虫剤

11:00～12:00 ～天然の防虫効果で自分も衣類も守りましょう～  
今月のアロマ＊レモン

⑨ 7/2(水) ハンドソープ

11:00~12:00 ~精油の香りそのまま簡単長持ちせっけん  
今月のアロマ\*ローズ

⑩ 8/13(水) マッサージオイル・ハンドマッサージ

11:00~12:00 ~オリジナルオイルで心身ともにリラックス!~  
今月のアロマ\*植物油について

♡ 日程や内容は変更になる場合があります。ご了承くださいませ。

♡ 講座のご予約はメールにてお願いいたします。

[tomoko\\_aroma\\_donguri@yahoo.co.jp](mailto:tomoko_aroma_donguri@yahoo.co.jp) 関 友子

お名前と人数、ご希望の講座を記入して下さい。

準備の都合上、講座の1週間前までにご連絡をお願いいたします。

各講座、定員10名までとさせていただきます。

定員になり次第、締め切りとさせていただきます。

♡ 1講座につき、材料費 ¥500~¥1000 頂きます。

♡ 土畠先生の患者さまご家族の方、くまさんの手、どんぐりの森利用者ご家族の方のみを対象とさせていただきます。ご了承くださいませ。

♡ 会場：医療法人稲生会 手稲みらいつくり学校

