

「こころとからだをケアする実践アロマレッスン」 受講生募集

5回シリーズでアロマセラピーを基礎から学べ、生活の中に簡単に取り入れる方法を学びます。
美容と健康に役立て、生活のQOL(クオリティー・オブ・ライフ)をアップ！ストレスフリーな生活を
目指しましょう！

	開催日	内容
1	5月24日(火)	「マスク生活のストレスを減らす！ストレスケアのためのアロマセラピー」 *アロマスプレーづくり(マスク用or花粉症用スプレー)
2	6月21日(火)	「睡眠の質を高めるアロマセラピー」*バスソルト作り
3	7月19日(火)	「アロマで快適生活 体感温度マイナス3度！」*ルームスプレー作り
4	9月20日(火)	「お肌のケアもアロマセラピーでストレスフリー！」 *美容オイル作り(日焼けケア用オイル)
5	10月18日(火)	「好きな香りで人間力up！幸せになれるアロマ香水」*香水作り

【講師】 **山口 英美**氏 (国際アロマセラピスト連盟認定アロマセラピスト・国際ホリスティックタッチケア協会代表理事)

【会場】 **アクリエひめじ会議室403** ※会場(部屋番号等)は変更する場合があります
(姫路市神屋町143-2)

【時間】 **19時～20時30分** 【定員】 **30名** (先着順)

【受講料】 通し受講(全5回) **10,000円** 個別聴講 1回 **3,000円**
※精油代等教材費含む ※定員に余裕がある場合のみ
※精油代等教材費含む

【申込方法】

①電話の場合

アクリエひめじ **079-263-8082**(9時～17時)へ **電話**でお申し込みください。

②電子メールの場合

件名:実践アロマレッスン 講座申込 本文:申込者氏名(フリガナも必ず記入)・連絡先電話番号

申込先:アクリエひめじ 事業・講座担当 応募係 himeji-oubo@c-linkage.co.jp

※受講料は、初回の講座開始前に会場受付にて現金でお支払いください。

【申込締切】年間受講 令和4年**5月23日**(月)

※但し**先着順**で定員に達し次第締め切ります。

※個別聴講(定員に余裕がある場合のみ)希望の方は、**講座の前日**までにお申し込みください。

姫路市文化コンパニオンセンター