

アロマテラピー入門講座

癒しの時間を作りたい



日々生活や仕事に追われ、溜まっていくストレス…

そんな時、天然の植物の香りが心と体に優しく働きかけます。

この講座では、アロマテラピーの基礎知識と気軽な楽しみ方について学び、アロマクラフトづくりを楽しみます。

【日時】 令和7年2月1日～22日の土曜日

午前10時～正午 <全4回>

【ところ】 中央公民館 学習室4



【講師】 山口 利絵さん (AEAJアロマテラピーインストラクター)

【対象】 市内在住・在勤・在学の方

【定員】 16名

【持ち物】 筆記用具、エプロンまたは汚れてもよい服、
アロマクラフトを持ち帰るための袋(エコバック等)

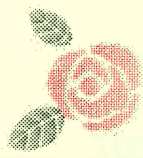


【費用】 2,000円(材料費)※初日に集金します。返金はできません。

【申込み】 令和7年1月17日(金)までに、電話か電子メールで
裏面の問合せ先へ

申し込み方法等詳細は裏面へ





講座スケジュール



回	日程	時間	内容	講師
1	2月1日 (土)	午前10時 ～ 正午	アロマセラピーの基本、注意事項等 ✿ お手軽e c oな保冷剤を使った ルームフレグランス作り	山口 利絵さん AEAJ アロマセラピー インストラクター
2	2月8日 (土)		アロマセラピーの メカニズムと手軽な楽しみ方 ✿ 大切な人へ贈るバスボム &アロマシャッセ作り ✿	
3	2月15日 (土)		ラベンダーをちょっとだけ 深掘りしました ✿ 癒しのアロマスプレー &アロマガーランド作り ✿	
4	2月22日 (土)		お肌の構造、精油の濃度について ✿ 若返るかも？ ✿ 化粧水とボディジェル作り &セルフハンドトリートメント	

※講座の内容は変更になる場合があります。

申込方法

1月17日(金)までに、電話か電子メールでお申込みください。

電子メール⇒氏名(ふりがな)、年齢(または年代)、住所、電話番号を明記し、
件名を「アロマ入門講座 申込」として送信してください。

電話⇒12/28～1/4、月曜日を除く、午前9時から午後5時まで

※申込み多数の場合は抽選、申込み結果は1月21日(火)以降、
全員に郵送でお知らせします。

申込み・問合せ

小平市中央公民館

小平市小川町2-1325

☎ 042-341-0861

✉ kominkan-koza@city.kodaira.lg.jp

アクセス

・駐車場は約100台分あります

・青梅街道駅から徒歩5分

・一橋学園駅から徒歩9分

・新小平駅から徒歩15分



中央公民館