

“生活に役立つメディカルハーブを学ぼう”を開催しました

日時：2023年9月2日・16日、10月7日・21日(土)

10時～11時30分

場所：多目的室

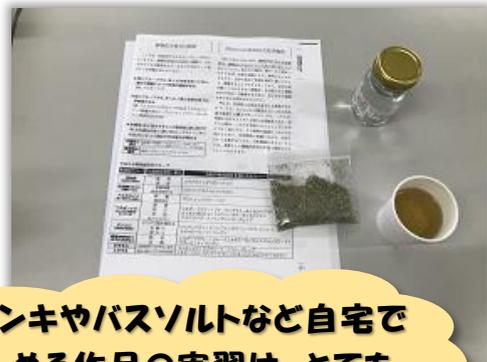
内容：メディカルハーブの基礎知識、生活への取り入れ方、ハーブティーの効果的な飲み方、ハーブ活用法などを楽しく学びました。

講師：松井 友美

「メディカルハーブの世界を知ることができた。」



「チンキやバスソルトなど自宅で楽しめる作品の実習は、とても魅力的でした。」



「講座のテーマが決まっていたので、わかりやすかった。」

