

身近なアロマセラピー教室（全4回）

1 アロマセラピーの基本を学ぶ（6月14日 10時～11時半）

アロマセラピーとは

アロマセラピーのメカニズム

精油とは

精油を使用する時の約束

●実習 好みの香りでルームスプレー作り



2 植物の力を知る（6月29日 10時～11時半）

植物が香りを作る理由

精油の特性

精油のプロフィール ①殺菌・抗菌

正しい精油の選び方

●実習 アロマハンドソープ作り



3 夏のおすすめアロマ①（7月12日 10時～11時半）

アロマセラピーの楽しみ方

夏のおすすめアロマ

●実習 アロマボディーパウダー



4 夏のおすすめアロマ②（7月26日 10時～11時半）

精油が心身へ働く4つのルート

キャリアオイル（植物油）について

アロマトリートメントの作用

夏おすすめアロマ

●実習 ボディジェル作り



『初めてのアロマセラピー教室（全4回）』をおわって

毎回お教室のある日は、施設全体がいい香りで包まれ、他の利用者さんから「癒される～」とお声を多数いただきました。

丁寧で分かりやすい講義の後に、好きな香りで作るソープやパウダーは、混ぜただけとは思えないクオリティでした。

参加者の皆さん、きっと涼しい夏を過ごせますね♡

同じ松井先生に、ハーブについての講座を開催の予定です。

どうぞ期待！！